Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
MÂNZAT, ION
Psihologie transpersonală/ Ion Mânzat, Iaşi, Cantes, 2002
208 p ; 24 cm
Bibliogr.
ISBN 973-8173-31-0

Ion Mânzat

PSIHOLOGIE TRANSPERSONALĂ

Editura Cantes

2002

În memoria domnului
profesor Petru P. Andrei,
un cavaler al demnității
și al verticalității spiritului

Cuprins

PARTEA I
Concepte şi câmpuri tematice

I **INTRODUCERE**

1. Obiectul şi câmpul tematic al psihologiei transpersonale 17
2. Pre-personal, personal, trans-personal 20
3. De la dezvoltarea personală la dezvoltarea transpersonală (o scurtă istorie a psihologiei transpersonale) 21
4. Institutul de Psihologie Transpersonală de la Palo Alto şi Centrul de Cercetare William James 24
5. Existenţa spirituală-transpsihică : spirit, Sine, conştiinţă extinsă şi multidimensională 25
6. Rezumat 26
7. Bibliografie 28

II **IZVOARE ŞI ÎNAINTEMERGĂTORI**

1. Cei patru evanghelişti (prevestitori) : elveţianul Carl Gustav Jung (1875-1961), italianul Roberto Assagioli (1888-1974), americanul de origine rusă, Abraham Maslow (1908-1970) şi evreul american, austriac la origine, Viktor Frankl (1905-1997) 31
2. Alţi premergători : Richard Maurice Bucke (canadian, scrie în 1901 - "Cosmic Counsciousness"), William James (1842-1910) şi Constantin Rădulescu-Motru (1868-1957 - "Personalismul energetic" - 1927) ... 37
3. Izvoare în psihologiile orientale : Milarepa, Sri Aurobindo, Osho, Lama Anagarika Govinda 39
4. Rezumat 43
5. Bibliografie 44

III **DELIMITĂRI ŞI ANALOGII**

1. Ce nu este psihologia transpersonală (cf. John Rowan, Alyce Green & Elmer Green) 49
2. Transpersonalul cotidian : vocile interioare, intuiţia, creativitatea, stări de extaz, revelaţii 51
3. Rezumat 53
4. Bibliografie 53

PARTEA A II A

Psihologia transpersonală a adâncurilor
- Paradigma grofiană şi paradigma lilliană -
- Sinele total şi sinele adânc -

IV

TĂRÂMURILE INCONŞTIENTULUI ÎN CERCETĂRILE LUI STANISLAV GROF

1. Psihologia transpersonală a adâncurilor (S.Grof) şi PT a înălţimilor (K. Wilber) ; date biografice despre S.Grof ; 59
2. Experienţe psihodinamice şi sistemele COEX ; 60
3. Extensia şi condensarea conştiinţei prin stări psihedelice provocate de LSD (acidul lysergic) ; 61
4. Transformările proceselor fiziologice şi a celor psihice ; 62
5. Rezumat ; 64
6. Bibliografie. 65

V-VI-VII

MATRICILE LUI S.GROF

1. Experienţe abstracte sau estetice 69
2. Experienţe psihodinamice (vezi IV, 2) 70
3. Experienţe perinatale : 70
- traumatismul naşterii (Otto R. Rank, 1924) ;
- similitudinea dintre naştere şi moarte ;
4. Cele patru matrici perinatale şi semnificaţia lor (naştere biologică si renaştere spirituală) : matricea I (uniunea primară cu mama), matricea a II-a (antagonismul cu mama), matricea a III-a (sinergia cu mama), matricea a IV-a (separarea de mamă) 70
5. Experienţa unităţii cosmice 76
6. Rezumat 78
7. Bibliografie 79

VIII-IX

EXPERIENŢE TRANSPERSONALE

1. Caracterizare generală 83
2. Clasificarea experimentală a experienţelor transpersonale 84
3. Expansiunea temporală a conştiinţei 85
   - Experienţe embrionare şi foetale
   - Experienţe ancestrale
   - Experienţe colective şi rasiale
   - Experienţe filogenetice
   - Experienţe de încarnări trecute
   - Prescience, clairvoyance, clairaudience şi călătorii în timp
4. Expansiunea spaţială a conştiinţei 91
   - Transcenderea Ego-ului în relaţiile interpersonale şi experienţa unităţi duale.
   - Identificarea cu alte persoane
   - Identificarea şi Cs. de grup
   - Identificare cu animale
   - Identificarea vegetală
   - Unitatea cu viaţa şi cu ansamblul Creaţiei
   - Cs. materiei anorganice
   - Cs. planetară
   - Cs. extraplanetară
   - Experienţe în afara corpului, telepatie
5. Contracţia spaţială a conştiinţei 96
6. Extensia empirică dincolo de cadrul realităţii obiective 98
   - Experienţe cu spirite şi experienţe mediumnice
   - Întâlniri cu entităţi spirituale supraumane
   - Experienţe cu alte universuri şi întâlniri cu locuitorii lor
   - Experienţe arhetipale şi mitologice
   - Experienţe despre întâlniri cu zeităţi
   - Înţelegerea intuitivă a simbolurilor universale
   - Activarea chakrelor şi trezirea puterii şarpelui Kundalini
   - Cs. spiritului universal
   - Vidul supra şi metacosmic
7. Semnificaţia experienţelor transpersonale 103
8. Experienţele transpersonale şi psihiatria contemporană 103
9. Natura multidimensională a experienţelor LSD. Epilog 104
10. Rezumat 105
11. Bibliografie 107

X SINELE TOTAL (cf. Stanislav Grof)

1. Psihoterapia reîncarnării prin hipnoză regresivă - în Europa 111
2. Raymond Moody -bizarul profesor din Virginia 112
3. Psihotanatologia (S. Grof & Joan Hallifax Grof) 114
4. Selful total 115
5. Practica respiraţiei holotropice 115
6. Înţelepciunea arhaică şi ştiinţa modernă (S. Grof, 1984) 116
7. Rezumat 117
8. Bibliografie 118

XI SINELE ADÂNC DIN CENTRUL CICLONULUI (cf. John Lilly)

1. "The deep Self/ the center of the cyclone" 121
2. Privarea senzorială în "flotation tank" (bazinul de imersie) 122
3. Paralelă între concepţia lui John Lilly şi psihologiile orientale 123
4. Abisalitatea psihanalitică şi "Sinele adînc" 124

5. Rezumat 124
6. Bibliografie 125

PARTEA A TREIA

Psihologia transpersonală a înălţimilor

- Paradigma wilberiană : spectrul conştiinţei şi Sinele transcendent-

XII CONŞTIINŢA MULTIDIMENSIONLĂ ŞI PSIHOLOGIA INTEGRALĂ

1. Ken Wilber – "Einstein al conştiinţei" 131
2. Nivelurile conştiinţei 131
3. Liniile sau fluxurile (streams) 132
4. "Stările" neobişnuite de conştiinţă 133
5. Relaţiile între "stările" de conştiinţă şi structurile conştiinţei. Evoluţia conştiinţei 134
6. Rezumat 135
7. Bibliografie 136

XIII SPIRITUL ESTE ASCENSIONAL ŞI SUPRAMENTAL

1. Spectrul conştiinţei – psihologia perenis 139
2. Stadiile dezvoltării conştiinţei (K. Wilber – "Up From Eden", 1983) şi chakra din tradiţia hindusă 140
3. Cvadrantele Wilber (modelul AQAL) 144
4. Rezumat 146
5. Bibliografie 147

XIV SINELE TRANSCENDENT (K. Wilber, No Boundary)

1. Sinele sau martorul transpersonal 151
2. Intuiţia transpersonală – intuiţie a nemuririi 152
3. Sinele transcendent –o rază a Divinităţii 153
4. Unitatea conştiinţei sau Conştiinţa unitară 155
5. Rezumat 155
6. Bibliografie 156

XV PSIHOTERAPII TRANSPERSONALE

1. Virtuţile şi limitele psihoterapiilor transpersonale (apud J. Rowan) .. 159
2. Consecinţe critice. Urmările teoriei transpersonale 160
3. Critica şi viitorul psihologiei transpersonale 163
4. Ipostazele Sinelui din perspectiva transpersonală (recapitulare) 164
5. Rezumat 165
6. Bibliografie 165

PARTEA A IV-A

Perspectiva românească

XVI – XVII – XVIII O POSIBILĂ VIZIUNE TRANSPERSONALISTĂ ASUPRA SPIRITULUI ARHAIC ROMÂNESC

1. Trans-personalul din cele patru mituri esenţiale româneşti 171
   - Balada Miorita ;
   - Meşterul Manole ;
   - Baba Dochia ;
   - Zburătorul.
2. Marea trecere : riturile morţilor 174
3. De la Zalmoxis la „Cimitirul vesel" de la Săpânţa 176
4. Ursita şi preursita (Mihai Eminescu) ; ursitoarele 177
5. Tărâmul celălalt, Apa Sâmbetei, Valea plângerii (P. Ispirescu) 178
6. Rezumat 179
7. Bibliografie 180

XIX ORTODOXIA ŞI SPIRITUL ROMÂNESC

1. Transcendere – îndumnezeire (L. Blaga) 183
2. Despre vise şi vedenii (Ilie Cleopa) 184
3. Smerenie şi isihasm („rugăciunea inimii"), D. Stăniloae 185
4. Rezumat 186
5. Bibliografie 186

XX PSIHOLOGIA TĂCERII (Ion Mânzat şi Mariana Tănase)

1. Tăcerea mistică transpersonală 189
2. Rugăciunea duhovnicească 190
3. Inima şi tăcerea spiritului 191
4. Rezumat 191
5. Bibliografie 192

XXI - XXII PSIHOLOGIA SINERGETICĂ (I. Mânzat)

O complementarizare a transpersonalului abisal şi a celui ascensional

1. Transconştiinţa : erupţie abisală (metafora vulcanului) 195
2. Sinele – sinergizorul suprem a tuturor transformărilor conştiinţei 197
3. Conştiinţa multidimensională pentadică 198
4. Transcenderea, cosmizarea, revelaţia şi rugăciunea din perspectiva psihosinergetică 201
5. Rezumat 203
6. Bibliografie 204
7. Recapitulare generală 204

PARTEA I

CONCEPTE, IZVOARE ŞI CÂMPURI TEMATICE

I. INTRODUCERE

1. Obiectul şi câmpul tematic al psihologiei transpersonale
2. Pre-personal, personal, trans-personal
3. De la dezvoltarea personală la dezvoltarea transpersonală (o scurtă istorie a psihologiei transpersonale)
4. Institutul de Psihologie Transpersonală de la Palo Alto şi Centrul de Cercetare William James
5. Existenţa spirituală-transpsihică : spirit, Sine, conştiinţă extinsă şi multi-dimensională
6. Rezumat
7. Bibliografie

= P. a sănătății și
= P. a emergenței potențialității umane

1. Obiectul şi câmpul tematic al psihologiei transpersonale (PT)

Psihologia transpersonală extinde cercetarea psihologică a persoanei până la dimensiunea spirituală a existenţei, punând accent pe studiul "stărilor" şi proceselor prin care oamenii pot experimenta legături profunde cu interiorul Fiinţei (Sinele), depăşind conştiinţa Eului. PT este cea mai nouă orientare sau ramură a psihologiei universale, fiind considerată a IV-a forţă, din punct de vedere istoric (celelalte trei forţe sunt: I – Behaviorismul, II – Psihanaliza; III – Psihologia umanistă). PT este o evoluţie naturală a psihologiei umaniste (fondatori: Abraham Maslow, Carl Ransom Rogers, Erich Fromm), o amplificare şi o aprofundare a acesteia spre explorarea Sinelui şi a capacităţilor transpersonale de transcendere, cosmizare şi spiritualizare. Această nouă ramură a psihologiei promovează exploatarea şi dezvoltarea tuturor potenţialităţilor latente ale fiinţei umane, persoana fiind concepută nu doar ca fiinţă socială, ci şi ca fiinţă spirituală.

TRANS–PERSONAL înseamnă "dincolo de persoană" sau, mai bine spus, "deasupra persoanei": trecerea de la Eul conştient la Sinele ca sinteză a conştientului, subconştientului şi supraconştientului.

Psihologia transpersonală are două obiective principale:

a) înţelegerea experienţelor transpersonale, a nivelelor şi "stărilor" de conştiinţă accesibile omului;

b) conducerea procesului de dezvoltare transpersonală a individului prin transformarea permanentă a structurilor psihice şi spirituale.

Psihologia transpersonală ia în considerare întregul spectru al experienţelor umane, incluzând psihopatologia, psihoterapia, psihologia analitică, mistica, existenţialismul şi nivelurile spirituale orientale. Modelele şi teoretizările sale nu rezultă nicidecum din cercetarea bolilor, ci, dimpotrivă, evidenţiază experienţele omului sănătos şi matur, care doreşte să-şi activeze şi să-şi valorizeze capacităţile latente ale spiritului său. Astfel, psihologia transpersonală ar putea fi definită ca psihologie a sănătăţii şi emergenţei potenţialităţilor umane.

Pentru această nouă orientare psihologică personalitatea nu este un scop în sine, ci o parte însemnată a Fiinţei umane care permite manifestarea Sinelui, un intermediar între spirit şi lume. Eul conştient (Ego-ul), format prin interacţiunea cu elementele sociale şi culturale, reprezintă doar o manifestare a "ceva" mult mai larg şi mai profund care constituie esenţa Fiinţei umane: oricare ar fi denumirea pe care i-o dăm – Sine, Self, Atman – aceasta este sursa şi destinaţia întregului proces evolutiv al omului.

Psihoterapia transpersonală demonstrează valenţele practice, aplicative şi de învigorare a sănătăţii mintale ale PT. Această nouă metodă psihoterapeutică abordează omul integral, luând în considerare toate domeniile activităţii umane: fiziologice, emoţionale, cognitive, spirituale etc. Extinderea conştiinţei dincolo de limitele Eului este considerată fundamentală pentru vindecare. Psihoterapia transpersonală, integrând practicile occidentale cu tehnicile spirituale orientale, favorizează evoluţia bio-psiho-spirituală şi deschide larg porţile pentru manifestarea lucidităţii, creativităţii şi intuiţiei.

Câmpul tematic al PT studiază :

- "stările" de conştiinţă modificată ;
- conştiinţa subliminală şi supraliminală ;
- conştiinţa extinsă şi multidimensională ;
- evoluţia atât a subconştientului, cât şi a supraconştientului (conştiinţa cosmică) ;
- familiarizarea cu practici şi experienţe din religiile occidentale (extaz mistic şi revelaţie) şi orientale (meditaţia transcendentală) ;
- experienţele arhetipale ;
- psihologia concentrării şi meditaţiei ;
- "peak experience" şi "plateau experience" (A. Maslow) ;
- procesul de împlinire a Sinelui ("Selfactualization") ;
- noile ipostaze transpersonale ale Sinelui : Sinele total, Sinele adânc şi Sinele transcendent ;
- optimizarea dimensiunilor spirituale ale omului prin transcendere şi cosmizare, centrare şi sinergizare ;
- dezvoltarea şi împlinirea metanevoilor ;
- sacralizarea vieţii cotidiene ;
- realizarea şi autorealizarea transpersonală (Selftranscenderea) ;
- arta transpersonală (simboluri şi arhetipuri transpersonale) etc ;

Cele mai multe din aceste teme sunt enumerate de către R. N. Walsh şi F. Vaughan în lucrările : Beyond Ego. Tranpersonal Dimensions in Psychology (1980) şi Paths beyond Ego : the transpersonal vision (1993).

Psihologia transpersonală este nemulţumită de "parţialitatea" psihologiei contemporane, de faptul că, fiind obsedată de analiză şi cognitivism, se opreşte la aspecte limitate ale psihismului uman, că ea nu explorează sintetic, în totalitate şi în profunzime trăirile psihice ale individului. Psihismul este compus din procese, trăsături, operaţii, pe când spiritul este sinteză, este totalitate şi transcendere. PT îşi propune să cerceteze nu numai psihicul, ci şi spiritul, de pe poziţiile unei psihologii integrale şi integratoare. PT plasează în centrul preocupărilor sale conştiinţa cu toate transformările sale (conştient, subconştient şi supraconştient), considerată a fi "dimensiunea centrală care oferă baza şi contextul tuturor experienţelor" ; conştiinţa este "solul" sau "marea minţii universale".

Această nouă orientare – fără să nege psihologia cognitivă, psihanaliza şi behaviorismul, ci încercând să le integreze într-o concepţie sintetizatoare – urmăreşte să-i deschidă noi orizonturi psihologiei şi prin aceasta să dezmărginească toate potenţialităţile manifeste şi ascunse ale fiinţei umane ca întreg. Omul nu este un agregat de mecanisme, nu este doar un sistem de procese cognitive, nu este doar o fiinţă care reflectă realitatea externă ; omul este deschis spre univers, este el însuşi un univers cu posibilităţi de "creştere din interior", este o Fiinţă spirituală care întreprinde un permanent şi chinuitor pelerinaj spre centrul fiinţei sale, adică spre Sine, nucleu şi sinteză interioară.

Psihologia transpersonală se străduieşte să dea un răspuns unor tulburătoare întrebări :

- "cum am putea elibera individul de cercul prea strâmt al condiţionărilor interioare ? " ;

- "cum să-l ajutăm să treacă de la condiţia umană A AVEA, la condiţia lui A FI ? "
- "cum să-l stimulăm pe om să-şi finalizeze proiectul său interior, să ajungă până la împlinirea Sinelui ("Selfactualization", cf. A. Maslow) ? " (Jack Engler, 1984 : "Trebuie să fii cineva înainte de a deveni nimeni") ;
- "cum l-am putea ajuta pe om să ajungă la trăirea plenară, integrală a "stărilor" sale de conştiinţă ? " ;
- "cum ar putea fi puse în funcţie toate potenţialităţile conştiinţei ? " ;
- "cum să-i redăm omului calitatea sa de Fiinţă spirituală, multidimensională ? ".

Psihologia transpersonală răspunde :

- prin eliminarea contradicţiilor defensive şi obstacolelor interne care generează "frica de viaţă", "frica de adevăr" şi "frica de viitor" ;
- prin liniştirea şi relaxarea minţii, practicând metode de meditaţie, mai ales meditaţia transcendentală (meditaţia nu este numai un proces de cunoaştere, ci şi istoria spirituală a unei persoane ; meditaţia este în primul rând o reflecţie despre Sine) ;
- prin concentrare şi eliminarea distorsiunilor perceptuale ;
- prin controlul voluntar asupra proceselor fiziologice şi a trăirilor psihice ;
- prin autocunoaştere şi transformare spirituală ;
- prin expansiunea conştiinţei dincolo de limitele de spaţiu şi timp, prin trăirea "din interior" a tuturor transformărilor conştiinţei, până la pătrunderea în orizontul conştiinţei unitare ;
- prin depăşirea psihanalizei până la psihosinteză tip Assagioli ;
- prin empatie şi interrelaţii calde şi senine cu semenii ;
- prin transcendere, cosmizare şi sinergie etc.

Pe scurt, obiectul psihologiei transpersonale este existenţa spirituală a omului, depăşirea limitelor persoanei şi spiritualizarea sa prin cunoaşterea Sinelui.

- R. Walsh şi F. Vaughan (1993) au arătat că putem ajunge la viziunea transpersonală făcând "paşi dincolo de Ego".
- Stanislav şi Christine Grof (1989) au lansat sintagma "emergenţă spirituală".
- A. H. Almaas (1986) credea că esenţa PT este "abordarea de diamant a realizării lăuntrice".
- Ken Wilber (1997) speră ca prin PT omul să ajungă la "ochiul spiritului".

2. Pre-personal, personal, trans-personal

Cercetătorii transpersonaliști ne invită să evităm confuzia între pre-personal și trans-personal. De exemplu, complexele freudiene aparțin clar prepersonalului; arhetipuri jungiene, ca atribute ale speciei, rasei, nației sunt mai prepersonale, dar sunt și o poartă deschisă spre transpersonal. Transpersonalul avansează dincolo de personalul - limitat, cuprinzând experiența cotidiană și conștiința Ego-lui și este mai bogat decât pre-personal (ceea ce precede personalul). Pre-personalul este mai limitat decât personalul. Ken Wilber (1983) spune că a confunda acești termeni înseamnă a comite eroarea pe care el o numește the pre/trans fallacy. Confuzia este destul de răspândită.

Ceea ce este ferm fixat în poziția medie este personalul care reprezintă conștiința cotidiană și înțelegerea realității exterioare, este ceea ce Wilber numește poziția Mental Ego.

În rezumat, rețineți:

- PERSONAL - conștiința trupului, conștiința vieții psihice, inconștientul prezent: - MENTAL EGO -
- PRE-PERSONAL - inconștientul freudian, inconștientul jungian, preconștientul;
- TRANS-PERSONAL - viața spirituală care depășește relația trup - psihic (trans-conștientul și trans-inconștientul)

Am putea plasa, pentru vizualizare, cele trei dimensiuni pe o bandă spectrală:

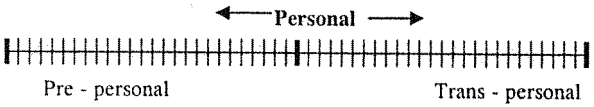


Fig. 1

Stanislav Grof sublinia că experiențele transpersonale sunt acele experiențe care presupun o expansiune, o extensie a conștiinței dincolo de frontierele Eului și dincolo de granițele timpului și spațiului, percepute conștient. Așadar, experiențele transpersonale îl conduc pe om spre trăirea transcenderii, cosmizării și spiritualului.

3. De la dezvoltarea personală la dezvoltarea transpersonală (o scurtă istorie a psihologiei transpersonale)

Pe la mijlocul anilor î60, ai secolului trecut, când s-a statornicit acordul că psihologia umanistă ar trebui să se concentreze pe obiectivul realizării depline a Sinelui, cu accentul pe realizarea transcendentală, prefixul trans având un efect aproape magic, s-a căzut de acord ca noua orientare să se numească psihologie transpersonală, un concept construit și lansat de cehul Stanislav Grof și americanul Abraham Maslow.

A. Maslow (1908-1970), scrie în 1968, cu doi ani înainte de a muri, în lucrarea Toward a Psychology of Being: "Consider că psihologia umanistă, cea de-a treia forță, este una tranzițională, o pregătire pentru o alta, transpersonală, trans-umană". În 1969, Maslow fondează Asociația Americană de Psihologie Transpersonală, împreună cu Carl Rogers, Viktor Frankl, Anthony Sutich, Stanislav Grof, Jim Fadiman. În același an, asociația va edita Jurnalul de Psihologie Transpersonală.

Caracteristicile distinctive ale abordării umaniste, care deschid noile căi spre transpersonal, sunt sintetizate de Laurențiu Mitrofan (1997, p.334-336) astfel:

a. focalizarea pe aspectele de vârf ale experienței umane, printre acestea fiind creativitatea și toleranța;
b. valorizarea experienței subiective a individului (abordarea fenomenologică);
c. ascensiunea dimensiunii prezentului, cu minimalizarea dimensiunii trecute sau viitoare, în abordarea terapeutică;
d. postularea responsabilității fiecărui individ pentru tot ce se petrece în viața sa, trecutul neinfluențând prea mult prezentul și în nici un caz predeterminându-l. Asigurându-i-se condiții favorabile, individul se va dezvolta în conformitate cu direcția dorită și cu alegerile sale.

Sinele este conceput de umaniști ca fiind potențialul creșterii și dezvoltării optime. Umaniștii înlocuiesc freudianul "înțelegere de sine" cu conceptele "implicare a Sinelui" și "împlinirea Sinelui".

În "Crezul psihoterapiei umaniste", formulat în "The Articles of the American Association for Humanistic Psychology" (M. Lee Hodnett, 1973, apud L. Mitrofan, 1997, p. 334), sunt enumerate conceptele fundamentale ale psihologiei umaniste:

- iubire; creativitate; Sine; Selfactualization; creștere și împlinire; valori superioare; ființare; devenire; spontaneitate; joc; humor; naturalețe; căldură; transcenderea Ego-lui; autonomie; responsabilitate; sens; fair-play; experiența transcendenței; experiența de vârf ("peak experience") etc.

Multe din aceste concepte pot fi regăsite în programul tematic al psihologiei transpersonale.

Orientarea psihologiei umaniste în privința condiției omului, care va fi continuată și aprofundată de transpersonaliști, se bazează pe:

- respectul pentru valoarea persoanei; respectul față de Sine (Self - esteem);

- respectul pentru diferenţele de abordare ;
- extinderea conştiinţei şi trezirea mentalului ;
- interes pentru exploatarea personalităţii integrale.

A. Maslow şi C.R. Rogers depăşesc sfera psihologiei umaniste, anunţând zorii celei de a "patra forţe" - forţa transpersonală.

Prin extinderea perspectivei transpersonale din psihologie spre sociologie, antropologie, etnologie, educaţie, ştiinţele comunicării, s-a ajuns la înfiinţarea Asociaţiei Transpersonale Internaţionale (1971) care va organiza conferinţe şi congrese în toate continentele lumii : Islanda(1972), Brazilia, Finlanda, SUA (1979), Australia, India (1982), Elveţia (1983), Japonia (1985), Cehia, SUA (1992), Irlanda (1994), Brazilia (1996).

Noua paradigmă şi-a făcut apariţia şi în domenii conexe sau îndepărtate : medicina, ştiinţele educaţiei, fizică cuantică, matematică, artă etc.

Schimbarea paradigmei a fost favorizată şi de cunoaşterea extensivă a practicilor şi metodelor orientale de transformare, multe dintre ele fiind adaptate pentru mentalul occidental.

Oficializarea transpersonalului în Europa s-a realizat în 1987, când a luat fiinţă Asociaţia Transpersonală Europeană. Aceasta a organizat congrese la Bruxelles (1984), Strasbourg (1990), Londra (1994), Varşovia (1997). Recunoaşterea academică a psihologiei transpersonale în Europa a venit în 1987, prin înfiinţarea de către Academia Regală din Marea Britanie a unei secţii de Psihologie Transpersonală în cadrul Departamentului de Psihologie.

Dezvoltarea psihoterapiei transpersonale a fost sprijinită de înfiinţarea, în 1994, a Asociaţiei Internaţionale de Psihiatrie Spirituală. Primul său congres, desfăşurat la Lyon, a avut ca temă "Meditaţia şi Psihoterapia" şi a constituit punctul de plecare pentru abordarea transpersonală şi spirituală în psihoterapie. Următorul simpozion, organizat la Sorbona în 1995, a fost intitulat "Spiritualitate : pluralitate şi unitate".

În prezent, reprezentanţii marcanţi ai psihologiei şi psihoterapiei transpersonale sunt : Stanislav Grof, John Lilly, Ken Wilber, Charles Tart, Frances Vaughan, Daniel Goleman, Claudio Naranjo, Roger Walsh, Pierre Weil, Arthur Deikmann, J.F. Bugental, Elmer Green, Stanley Krippner, Lawrence LeShan, Michael Hutton, Laura Baggio Gilot, John Davies etc.

În România primul studiu referitor la orizontul tematic şi la perspectiva PT a fost elaborat şi publicat de Ion Mânzat în Revista "Academica" (august, 1993) ; acelaşi autor a ţinut primul curs universitar în perioada 1995 - 1998 la Facultatea de Psihologie şi Ştiinţe Cognitive a Universităţii Ecologice din Bucureşti. În prezent, psihologia transpersonală se studiază doar în cadrul Facultăţii de Psihologie a Universităţii de Vest din Timişoara, prin cursul predat de Prof. Anca Munteanu şi la Facultatea de Psihologie şi Asistenţă Socială a Universităţii "Petre Andrei" din Iaşi (titular : Ion Mânzat).

În anul 2001 s-a înfiinţat, pentru prima dată în ţara noastră, Asociaţia Română de Psihologie Transpersonală (ARPT), care şi-a propus următoarele obiective :

a. iniţierea şi aplicarea unor metode specifice pentru promovarea psihologiei transpersonale, atât în sistemul educaţional şi de pregătire / formare profesională, cât şi în toate componentele societăţii româneşti ;

b. dezvoltarea şi perfecţionarea psihologiei transpersonale în ţara noastră, atragerea şi utilizarea oricăror resurse benefice pentru sprijinirea acestui nou domeniu ;
c. promovarea, în viitor, pe plan internaţional, a psihologiei transpersonale româneşti, precum şi a altor studii care cercetează sistematic interacţiunea omului cu spiritualitatea.

ARPT are unele proiecte care se află în curs de dezvoltare :

- elaborarea unui "Jurnal de Psihologie transpersonală", două numere pe an ; realizarea unei edituri a ARPT în 2002 ;
- înfiinţarea de filiale în ţară ; până în prezent sunt întemeiate filiala din Iaşi (condusă de prof. Mariana Caluschi) şi filiala din Timişoara (coordonată de către prof. Anca Munteanu).
- Organizarea primei conferinţe naţionale în cursul anului 2002 ;
- ARPT realizează în prezent demersurile necesare pentru acceptarea Asociaţiei ca membru cu drepturi depline în Asociaţia Europeană de Psihologie Transpersonală şi în Asociaţia Internaţională de Psihologie Transpersonală.

ARPT are un statut aprobat, un sediu în Bucureşti (str. Răcari, nr.6, bl.38, ap.26, sector 3) are emblemă şi sigiliu propriu.

Comitetul director are următoarea componenţă :

- Prof.univ. Ion Mânzat - preşedinte
- Acad. Alexandru Surdu - membru
- Prof. Irina Holdevici - membru
- Prof. Anca Munteanu - membru
- Prof. Mariana Caluschi - membru
- Psiholog Ovidiu Brazdău - director executiv

În anul 2001 au avut loc mai multe congrese şi conferinţe internaţionale în SUA şi Europa :

- Conferinţa Internaţională de Ştiinţă a Conştiinţei (Albuquerque, New Mexico - 20-25 aprilie) ;
- Congresul de Psihoterapie Transpersonală (Grenoble - 4 noiembrie), organizat de Asociaţia Franceză de Psihologie Transpersonală (al V-lea Congres) ;
- Conferinţa Asociaţiei Americane de Psihologie Transpersonală (San Francisco, 23 august) ;
- Seminarul de hipnoterapie transpersonală şi programare neurolingvistică (Seattle, 29 iunie - 15 iulie) ;
- Conferinţa de Psihologie Energetică (San Diego, California, 8-15 mai) ;
- Conferinţa Internaţională de Respiraţie Holotropică (Wiscounsin, 22-29 iunie) ;
- Conferinţa Internaţională a Asociaţiei pentru Studiul Ştiinţific al Viselor (Universitatea California, Santa Cruz, 10 - 15 iulie) etc.

4. *Institutul de Psihologie Transpersonală de la Palo Alto şi Centrul de cercetare William James (apud Laurenţiu Mitrofan, 1997, pg. 345 – 347)*

Institutul de Psihologie Transpersonală de la Palo Alto, din California, este cel mai prestigios lăcaş al teoriei şi practicii transpersonale la ora actuală în domeniul PT. El este "inima" cercetărilor şi formării profesionale în PT, susţinând programe de masterat şi teze de doctorat.

Institutul (ITP) a fost fondat în 1975 de către prof. dr. Robert Frager, împreună cu care îşi desfăşoară studiile şi investigaţiile nume devenite deja celebre în lumea ştiinţei: Charles Tart, Arthur Hastings, William Brand, Rosemarie Anderson, Kathleen Wall, Jill Mellick, Paul Roy, Robert Schmitt, Irene Lazarus, Michael Hutton, Arlene Mazak, Hillevi Ruumet.

Din perspectiva grupului de la Palo Alto, PT creează o conexiune între domeniul ştiinţific al psihologiei şi spiritualitate, privind dincolo de individ şi având un unghi de vedere mult mai larg asupra lui, o viziune holistă. Bazându-se iniţial pe contribuţiile cele mai valoroase din psihanaliză, behaviorism şi psihologie umanistă, domeniul transpersonal a încercat să le extindă şi să le depăşească.

După cum confirmă rezultatele cercetărilor de la Palo Alto, experienţele transpersonale au avut un efect profund, transformator în vieţile celor care le-au trăit, aducând o nouă înţelegere a iubirii, a compasiunii, precum şi o cunoaştere de dincolo de obişnuit, supracunoaşterea. Ei au devenit mai înţelepţi, adică mai deplin conştienţi de limitele şi distorsiunile lor în cunoaştere şi comportament.

Obiectivele declarate ale transpersonaliştilor de la Palo Alto sunt dialogul deschis şi explorarea cu mintea trează în scopul extinderii posibilităţilor de autocunoaştere şi autotransformare. W. Hartman, preşedintele Institutului de Ştiinţe Noetice, declara: "Ca unul dintre pionierii educaţiei transpersonale, ITP şi-a câştigat un respect profund pentru calitatea sa academică. El aduce o contribuţie majoră la schimbările din conştiinţa noastră care ne vor ghida în viitor".

Alte scopuri ale ITP sunt:

- să înveţe cursanţii să încorporeze valorile transpersonale în fiecare aspect al vieţii lor;
- să contribuie prin cursuri, strategii de masterat şi doctorat la formarea formatorilor în psihologia şi dezvoltarea transpersonală;
- să contribuie la îmbogăţirea experienţei cognitive şi să întâmpine nevoile lumii cu compasiune şi eficienţă;
- să încurajeze dezvoltarea personală şi transpersonală prin învăţare experienţială, autoobservaţie şi introspecţie creativă;
- să ofere atenţie şi sprijin individualizat, precum şi un mediu în care sensul comunitar să fie în egală măsură dezvoltat şi cultivat.

Întreaga activitate ştiinţifică a ITP se întemeiază pe convingerea că cercetarea riguroasă, academică, trebuie însoţită de o implicare personală profundă. Principalele domenii pe care se axează programul educaţional şi evolutiv sunt: 1) domeniul intelectual; 2) domeniul expresiv creativ; 3) domeniul emoţional – clinic; 4) domeniul spiritual; 5) domeniul corporal; 6)domeniul comunitar şi organizaţional.

Exerciţiile experienţiale completează programul teoretic cu terapii psiho-corporale şi transpersonale, perspective spirituale arhetipale, meditaţie transcedentală, psihologia "stărilor" de conştiinţă modificată, psihologia sufismului, a şamanismului şi ale misticismului creştin, comunicare transpersonală etc.

Un alt grup de cercetători, derivat din ITP – Palo Alto, este constituit sub numele de Centrul de cerecetare "William James", înfiinţat în 1994. Proiectele acestui centru se referă la:

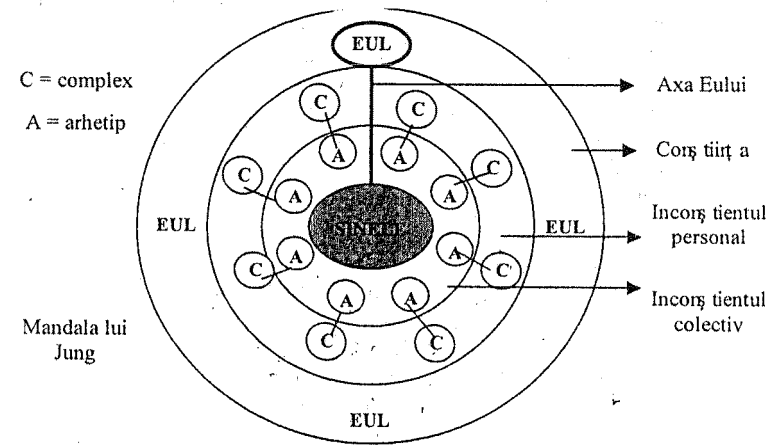
- experienţele umane excepţionale, spirituale şi mistice;
- transformarea psiho-spirituală;
- creştere şi stare de bine fizică şi psihică.

Centrul are în vedere cercetări aplicative ale psihologiei transpersonale în consiliere, terapie, ghidare spirituală, relaţii umane şi afaceri.

5. *Evoluţia spirituală transpsihică: spirit, Sineconştiinţă extinsă şi multidimensională*

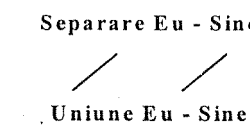
În mandala lui Jung (figura) experienţa transpersonală se realizează în doi timpi: 1) Axa Eu – Sine (sineizare); 2)evadarea din cerc şi întoarcerea, care este o îmbogăţire a Sinelui: apare posibilitatea edificării Sinelui cosmizat sau cosmotic (L.Blaga) sau a Sinelui transcendent (K. Wilber).

Conform datelor lui Jung, în ecuaţia individuării, sarcina primei jumătăţi a vieţii include dezvoltarea Eului cu o separare progresivă între Eu şi Sine. Sarcina celei de a doua jumătăţi a vieţii este relativizarea Eului ca experienţă şi cere relaţionarea cu Sinele · respectiv reuniunea Eu – Sine.



E.F.Edinger, în "Ego şi arhetip" (1972), realizează o analiză nuanţata a relaţiei Eu – Sine. El consideră că ecuaţia generală formulată de Jung este corectă, dar observaţiile empirice din psihologia copilului şi a adolescentului şi

psihoterapia adultului o nuanţează în sensul unei legături circulare:



Această ciclicitate indică o alternare între procesul de unificare şi cel de separare care se repetă de-a lungul vieţii, atât în copilărie cât şi în viaţa adultă (apud. Mihaela Minulescu, Introducere în analiza jungiană, 2001, p. 100 - 101). Realizarea Sinelui (Jung) semnifică simbolic o "încarnare" a Sinelui în viaţa muritoare a Eului conştient. Oricât de măreţ şi divin este Sinele, el nu se poate realiza decât prin Eu.

Avansarea de la Eu la Sine echivalează cu procesul de spiritualizare a omului, este un "pelerinaj spre centrul Fiinţei" (I.Mânzat, 2000). Sinele este nucleul central al personalităţii, de natură spirituală, care realizează sinteza dintre existenţialitate şi spiritualitate şi dintre toate ipostazele (transformările) conştiinţei: conştiinţă, preconştient, subconştient, supraconştiinţă. Spre deosebire de psihism, care este compus (din procese, trăsături, activităţi etc.) şi deci analizabil, Spiritul este necompus, el este sinteză. Sintetizatorul este Sinele, care conţine şi sinteza om - divinitate.

Aşa - zisele "stări" sau, mai curând, transformări ale conştiinţei, nu sunt decât ipostaze ale aceleiaşi conştiinţe, unitare şi multidimensionale (I. Mânzat şi Ovidiu Brazdău, 2002). Toate cele 5 faţete ale conştiinţei unice, pentadice (Cs-Pcs-Scs-Tcs şi Cs. Cosmică - vezi fig.cap.XXI) au un atribut comun: complementaritatea dintre abisalitate (din subconştient) şi conştienţialitate sau luciditate, distribuţia proporţiilor celor două dimensiuni este diferită de la o ipostază la alta. Toate cele 5 transformări ale Cs. multidimensionale acţionează şi funcţionează sinergic (adică: împreună şi deodată şi unele prin altele, nu unele după altele, cf. I. Mânzat, 1999). Sinergizorul este Sinele (psihosinergia este sinteza perfectă). Această viziune asupra conştiinţei şi asupra Sinelui este în deplină consonanţă cu paradigmele psihologiei transpersonale.

6. Rezumat (concepte fundamentale)

- Psihologia transpersonală (PT) este a IV-a forţă care provine din psihologia umanistă, a III-a forţă, pe care o amplifică şi o extinde accentuând problematica Sinelui, a conştiinţei unitare şi a transcenderii / cosmizării.
- Omul nu este doar o fiinţă socială, ci mai ales o Fiinţă spirituală, capabilă de transcendere şi cosmizare, este o fiinţă care parcurge un chinuitor pelerinaj spre Centrul fiinţei, adică spre Sine. Prin acest pelerinaj psihismul uman se spiritualizează şi astfel omul poate trece de la condiţia A AVEA la cea a lui de A FI.

- PT are o sistematică conceptuală proprie şi originală. Dintre conceptele ei fundamentale menţionăm:
  - transpersonalul (Jung);
  - sistemele COEX (S. Grof);
  - experienţe psihedelice (S. Grof);
  - "altered state of consciousness" (Ch. Tart);
  - matricile perinatale(S. Grof);
  - "the deep Self" (J. Lilly);
  - ipostazele transpersonale ale Sinelui: Sinele total (şcoala lui Grof), Sinele adânc (J. Lilly), Sinele transcendent (Ken Wilber);
  - spectrul conştiinţei (K. Wilber);
  - "emergenţa spirituală" (Stanislav şi Christine Grof);
  - "No boundary" (Ken Wilber); psihologia integrală (Ken Wilber);
  - psihosinteză (R. Assagioli);
  - psihiatrie spirituală (B.W. Scotton şi colab);
  - respiraţie holotropică (Şcoala Grof);
  - visul lucid (Frederick van Eeden, 1913).
- În PT se conturează două direcţii: PT a adânurilor (promovată de S. Grof şi John Lilly etc) şi PT a înălţimilor (dezvoltată de Ken Wilber).
- Să nu se confunde transpersonalul cu personal şi pre-personal.:
  PERSONAL - Cs. trupului şi a vieţii psihice, Ics. prezent;
  PRE-PERSONAL - Ics. freudian, Ics. jungian, preconştientul;
  TRANS-PERSONAL - viaţa spirituală - spiritualizarea psihismului prin trans-conştient şi trans-inconştient.
- Scurt istoric:
  - A. Maslow, Toward a Psychology of Being (1968)
  - În 1969 A. Maslow fondează Asociaţia Americană de Psihologie Transpersonală (împreună cu C.R.Rogers, V.Frankl, S.Grof etc).
  - În 1971 se înfiinţează Asociaţia Transpersonală Internaţională;
  - În 1973 apare "crezul" psihoterapiei umaniste în "The Articles of the American Association for Humanistic Psychology";
  - În 1987 Stephen La Berge fondează la Palo Alto "Institutul Lucidităţii" (visul lucid);
  - În 1994 se întemeiază Asociaţia Internaţională de Psihiatrie Spirituală (congrese: Lyon, 1994; Sorbona, 1995);
  - În 2001 apare Asociaţia Română de Psihologie Transpersonală (ARPT).
- Cele mai prestigioase institute de cercetare în domeniul PT funcţionează în SUA: Institutul de Psihologie Transpersonală de Palo Alto (1975) şi Centrul de cercetare "William James" (1994).
- Existenţa spirituală presupune: spiritualizare, sineizare şi Cs. Extinsă.
  Spiritul este sinteză, fiind necompus, spre deosebire de psihism care este compus.
  Sinteza dintre existenţialitate şi spiritualitate şi dintre toate transformările Conştiinţei unice (Cs., Scs., Pcs., Supra cs) este realizată de către Sine (Self).

Sinele este sintetizatorul care conţine şi sinteza om-divinitate.

Cs. Multidimensională este unitară, dar are 5 feţe (ipostaze): Cs., Pcs., Scs., Tcs şi Cs. Cosmică; toate cele 5 transformări au un atribut comun: complementaritatea dintre abisalitate şi conştienţialitate ("Lumina se află în întuneric").

BIBLIOGRAFIE

Ion Mânzat - "Psihologia transpersonală", Revista "Academica", august 1993;
Ion Mânzat - "Psihologia transpersonală", în Ion Mânzat, Istoria universală a psihologiei (curs), Univ."Titu Maiorescu", 1994, p. 133-134;
Ion Mânzat - "Psihologia credinţei religioase. Transconştiinţa umană "(cap. VIII, "Psihologia religiei în orizonturile transpersonalului, magicului şi metapsihicii"), Editura Ştiinţifică şi Tehnică, Bucureşti, 1997, p.193-212;
Ion Mânzat - "Psihologia transei şamanice" (cap. XVI, "Transa şamanică şi psihologia transpersonală"), Editura Aldomar, Bucureşti, 1999, p. 149-178;
Abraham Maslow - Toward a Psychology of Being (2nd ed), Princeton, Van Nostrand, 1968 (First ed. 1962);
Carl Ransom Rogers - A Way of Being, Boston, Haughton Mifflin, 1980;
Stanislav Grof - Realms of Human Unconscious, New York, Viking, 1975;
John Lilly - The Deep Self, New York, Warner Books, 1977;
Ken Wilber - No Boundary. Eastern and Western Approaches to Personal Growth, Boston & London, Shambhala, 1985;
R.N. Walsh şi Frances Vaughan - Paths Beyond Ego: The Tranpersonal Vision, New York, Putman, 1993;
A.H. Almaas - Essence: The Diamond Approach to Inner Realization, York Beach, Weiser, 1986;
Stanislav Grof şi Christine Grof - Spiritual Emergency, Los Angeles, Tarcher, 1989;
Ken Wilber - The Eye of Spirit, Boston, Shambhala, 1997;
Laurenţiu Mitrofan - "De la dezvoltarea personală la dezvoltare transpersonală", cap. 12, în: Iolanda Mitrofan (coord), Psihoterapia experienţială, Bucureşti, Editura Infomedica, 1997;
E.F. Edinger - Ego and Archetype: Individuation and the Religious Function of the Psyche, Boston, Shambhala, 1972;
Mihaela Minulescu - "Introducere în analiza jungiană", Bucureşti, Editura TREI, 2001;
Ion Mânzat (coord) - "Psihologia Sinelui. Un pelerinaj spre centrul Fiinţei", Bucureşti, Ed. Eminescu, 2000;
Ion Mânzat - "Psihologia sinergetică. În căutarea umanului pierdut", Bucureşti, Pro Humanitate, 1999;
Ion Mânzat şi Ovidiu Brazdău - "Conştiinţa multidimensională din perspectivă psihosinergetică" (în curs de apariţie, 2002);
Roberto Assagioli - Transpersonal Development. The Dimension Beyond Psychosynthesis, New York, The Aquarian Press, 1991;
Laurenţiu Mitrofan - "Problematica Sinelui în psihologia transpersonală", în Ion Mânzat (coord), 2000, p.281-294;
Ovidiu Brazdău - "Procesul împlinirii Sinelui. Cercetare teoretică şi experimentală", în Ion Mânzat (coord), 2000, p. 235-279;
Mariana Tănase - "Individuarea sau "a deveni propriul Sine", în Ion Mânzat (coord), 2000, p.155-179;
John Rowan - The Transpersonal, London & New York, Routlege, 1992.

II IZVOARE ŞI ÎNAINTEMERGĂTORI

1. *Cei patru evanghelişti (prevestitori): elveţianul Carl Gustav Jung (1875-1961), italianul Roberto Assagioli (1888-1974), americanul de origine rusă, Abraham Maslow (1908-1970) şi evreul american, austriac la origine, Viktor Frankl (1905 - 1997).*
2. *Alţi premergători: Richard Maurice Bucke (canadian, scrie în 1901 - "Cosmic Counsciousness"), William James (1842-1910) şi Constantin Rădulescu-Motru (1868-1957 - "Personalismul energetic" - 1927).*
3. *Izvoare în psihologiile orientale: Milarepa, Sri Aurobindo, Osho, Lama Anagarika Govinda*
4. *Rezumat*
5. *Bibliografie*

1. Cei patru evanghelişti (prevestitori): elveţianul Carl Gustav Jung (1875-1961), italianul Roberto Assagioli (1888-1974), americanul de origine rusă, Abraham Maslow (1908-1970) şi evreul american, austriac la origine, Viktor Frankl (1905-1997)

a) *Carl Gustav Jung* se naşte în cantonul elveţian Kesswill, la 26 iulie 1875; tatăl era pastor protestant (Paul Achilles Jung), mama Emilie Preiswerk. Între 1895 şi 1900 studiază medicina la Basel, între 1900 şi 1909 lucrează la Spitalul de boli mentale Burgholzli, din Zürich, ca asistent al lui Eugen Bleuler. În 1902 îşi susţine doctoratul la Universitatea din Zürich, cu dizertaţia "Asupra psihologiei şi patologiei aşa-numitelor fenomene oculte". În 1903 se căsătoreşte cu Emma Rauschenbach (1882-1955), cu care are un fiu şi patru fiice.

În 1906 Jung începe corespondenţa cu S. Freud. În 1907 îl vizitează la Viena, în 1909 îşi declară independenţa ştiinţifică faţă de Freud, în 1912 are loc ruptura cu Freud. Între 1904 şi 1914 Jung este primul preşedinte al Asociaţiei Internaţionale de Psihanaliză. În 1912 el începe clădirea refugiului său ştiinţific - turnul din Bollingen.

Jung călătoreşte în mai multe ţări: 1920 - în Algeria şi Tunisia; în 1924 - 1925 vizitează în SUA: New York, New Orleans, indienii pueblo din New Mexico, între 1925 şi 1926 face expediţii în Africa: Kenya, Uganda, Nilul, Muntele Elgon; în 1938 este invitat în India la Universităţile din Calcutta, Benares, Allahabad.

În 1948 are loc inaugurarea Institutului C.G. Jung la Zürich.

În 1952 publică împreună cu fizicianul cuantist Wolfgang Pauli (premiul Nobel), "Sincronicitatea, un principiu de conectare acauzal".

În 1961 Jung moare senin, după o scurtă boală, la Kusnacht, la 6 iunie, la aproape 86 de ani. Inscripţia de pe piatra de mormânt a familiei: vocatus atque non vocatus deus aderit. Jung îşi termină, cu 10 zile înaintea morţii, ultima lucrare "Abordarea inconştientului", care apare în "Omul şi simbolurile sale" (1964). În 1964 este inaugurată Clinica şi Centrul de Cercetare pentru psihologia jungiană la Zürich. Cu puţin timp înainte de a muri (1961) Jung i-a acordat lui John Freeman un interviu pentru BBC: întrebat dacă crede în Dumnezeu, Jung răspunde "- Nu cred. Acum ştiu!"

Conceptele fundamentale ale psihologiei analitice jungiene au fost explicate şi interpretate de noi în amplul capitol IX (88 de pagini), intitulat "Marea ratare a lui Carl Gustav Jung", care este un omagiu adus acestui titan al psihologiei universale, din volumul "Psihologia simbolului arhetipal" de Ion Mânzat şi M.P. Craiovan (1996). Mai recent, Mihaela Minulescu publică "Introducere în analiza jungiană" (2001, Editura TREI, p. 250). Sunt demne de semnalat şi volumul lui A. Stevens, Jung, publicat de Editura Humanitas în 1994, cartea lui G. Wehr, C.G.Jung, apărut în 1999 la Editur Teora din Bucureşti şi Introducere în psihologia lui C.G.Jung a lui F. Fordham (Editura IRI, Bucureşti).

Centrală pentru psihologi este concepţia despre individuare, procesul "alchimic" prin care psihismul individual îşi poate atinge împlinirea, spiritualizându-se. În cadrul acestui proces de căutare a Sinelui (sineizare), care durează toată viaţa, Jung subliniază importanţa funcţiei de transcendere, sau religioase, sau simbolice. După cum arată Mariana Tănase (2000, p.160), devenirea Sinelui este ţelul ultim al procesului de individuare: "Străbătând odiseea devenirii de sine omul se metamorfozează din persoană în personalitate, adică devine capabil să trăiască specificul său înnăscut, particular şi unic".

Terapia jungiană, ca şi psihoterapiile transpersonale, nu se adresează bolii, ci capacităţilor psihismului de a conlucra spre a împinge dezvoltarea conştiinţei înspre procesul de maturizare şi individuare (Mihaela Minulescu, 2001, p. 26).

Jung introduce conceptul de inconştient colectiv ("mintea strămoşilor noştri cărunţi") care, deşi în mod riguros este pre-personal, este apelat uneori de către autorul său ca trans-personal. Conţinuturile sale sunt arhetipurile, forme înnăscute, forme de comportament care au o largă gamă de manifestare sub formă de vise sau imagini simbolice. Arhetipurile sunt semne transpsihice ale spiritualităţii strămoşilor, care demonstrează realitatea unei "ereditǎţi" psihice prin care se conservă identitatea personalităţii şi profilului spiritual al raselor, etniilor, naţiilor etc. Arhetipul central *reglator* al persoanei este Sinele. Există, arată Mihaela Minulescu (2001, p.41), trei sensuri congenere: a) Sinele reprezintă psihismul spiritualizat, ca totalitate funcţională unitară; b) Sinele ca arhetip central de ordine şi sens interior; c) Sinele ca bază arhetipală pentru Eul Individual.

Mai în profunzime, avem mărturia unei mişcări de auto - înnoire interioară în cadrul Sinelui, descrisă de Jung în opera sa Aion (1959): "Sinele nu este o cantitate statică sau o formă constantă, ci este un proces dinamic. Transformările reprezintă desfăşurarea unui proces de restaurare sau reîntinerire ca atare, în interioritatea Sinelui comparabil cu ciclul carbon-nitrogen în Soare..." (Jung, 1997). După părerea noastră, Sinele este etern şi de aceea el trăieşte tinereţea fără bătrâneţe şi viaţa fără de moarte, un mare vis al omului dintotdeauna şi de peste tot (cât suflu transpersonal degajă basmul cules de Petre Ispirescu!).

La Jung, Sinele nu este Eul conştient, ci o personalitate mai cuprinzătoare, o personalitate eternă, transpersonală pe care o defineşte ca întreg-sinteză, atât conştient, cât şi inconştient, atât sub- cât şi supra-conştient. Realizarea Sinelui semnifică simbolic o "încarnare" a Sinelui în viaţa muritoare a Eului pentru că numai Eul conştient este capabil să realizeze conţinuturile eterne ale Spiritului din Sine. Misterul sensului uman constă în faptul că, indiferent cât de măreţ şi divin este Sinele, el nu se poate realiza decât prin Eu. Aceasta este ideea de realizare de Sine din perspectiva jungiană (Mihaela Minulescu 2001, p.84).

Sinele este o sinteză care cuprinde Eul, mult mai largă şi de neegalat, de nerecunoscut pentru că transcende posibilităţile Eului de cunoaştere. Psihologia transpersonală studiază supracunoaşterea, care-l conduce pe om pe drumul sineizării. Trăirea Sinelui are un caracter luminos (R. Otto, 1992 - sentimentul stării de creatură), inspirator, aducător de lumină şi sacralitate, fascinant pentru individ. Trăit în experienţa personală şi transpersonală este practic imposibil de a distinge Sinele de ceea ce, în mod tradiţional este denumit Dumnezeu.

În rezumat, Sinele ca termen desemnează în psihologia analitică, a lui Jung, centrul unificator şi de ordonare al psihicului în întregime (al psihismului care se spiritualizează):

- locul identităţii obiective;
- autoritatea psihică supremă care îşi subordonează Eul;
- zeitatea empirică interioară, identică cu imago Dei.

După cum remarcă Mihaela Minulescu (2001, p.27), odată cu descoperirile sale privind nivelul arhaic al psihismului, Jung studiază fenomene paranormale şi transpersonale, inexplicabile prin abordările ştiinţifice de tip cauzal (apărate de Albert Einstein) pe care le denumeşte fenomene sincronistice, demonstrând realitatea legăturii a - cauzale (apărate de Niels Bohr, 1927, în fizica cuantică) care se stabileşte între experienţa psihică şi evenimentul obiectiv care depăşeşte coordonatele spaţio-temporale obişnuite. Jung şi W. Pauli, în 1951, formulează principiul sincronicităţii - al relaţiilor cauzale prin coincidenţe semnificative. Coincidenţele între evenimente interioare şi un eveniment obiectiv exterior, concret pot avea loc în trecut sau în viitor, sau în prezentul intangibil, între cele două serii de evenimente nefiind o legătură de tip cauzal, determinist (detalii şi exemple privind sincronicitatea, puteţi găsi în: Ion Mânzat, Psihologia sinergetică. În căutarea umanului pierdut, Editura Pro Humanitate, 1999, p.51-52). Aceste fenomene sunt caracterizate prin existenţa cunoaşterii imediate, aparent preexistente în inconştient. Ele sunt condiţionate de faptul că inconştientul colectiv (transpersonal) este o transcendere a individului în contextul în care, paradoxal, la aceste manifestări, participarea viului întregeşte virtualităţile, precum şi participarea spatio-temporală în prezentul "aici şi acum" al uneia dintre aceste virtualităţi.

"Marea ratare a lui Jung" este intuirea vagă acelei de-a patra "stări" de conştiinţă (transconştiinţa). Uneori Jung obişnuia să treacă în paranteză, când se referea la inconştientul colectiv, atributul transpersonal: acesta ar fi putut să-l îndemne la descoperirea şi descrierea unui supranivel ala conştiinţei (supraconştiinţa).

b) Italianul *Roberto Asssagioli* s-a născut la Veneţia în 1888, şi a murit la Capolna în 1974. El este un alt pionier al psihologiei transpersonale. Este un înzestrat psihiatru şi psihoterapeut, autorul unor importante lucrări: "Psihosinteza - pentru armonia vieţii" (Roma, Mediteranee, 1965), "Principii şi metode ale psihosintezei terapeutice" (Roma, Astrolabio, 1977). În aceste volume şi încă în multe altele, sistemul psihologic care a fost elaborat şi dezvoltat de el sub numele de psihosinteză este prezentat în toată amploarea sa (L. Mitrofan, 2000, p.282-283). În volumul-sinteză publicat cu titlul "Transpersonal Development. The Dimension Beyond Psychosynthesis" (Aquarian/Thorsons, Harper Collins Publ., 1991) este valorizată întreaga concepţie a lui Assagioli.

De timpuriu, din 1909, când a publicat articolul "Psihologia ideilor-forţă şi psihagogia" în Revista de psihologie aplicată, Assagioli aduce în prim plan o nouă viziune asupra omului şi a disciplinei psihologice, pe care el însuşi o va recunoaşte în 1977, ca deja conţinând punctele cheie ale psihosintezei în forma sa embrionară. În cadrul volumului din 1991 autorul valorifică, într-un mod coordonat şi sistematic, studiul şi investigaţiile sale asupra experienţelor supraconştientului, care l-au preocupat de-a lungul anilor şi asupra cărora este focalizată întreaga psihologie şi terapie transpersonală.

Aproape toate scrierile lui Assagioli se ocupă de problematica spiritului uman care presupune "aventuri lungi şi înflăcărate, ca şi călătorii prin spaţiile extraterestre" care descriu dezvoltarea spirituală. El remarca faptul că termenul "transpersonal" a fost folosit de toţi umaniştii, în special de către A. Maslow şi de cercetători care pot fi încadraţi într-o şcoală care poate fi numită "spirituală". Ştiinţific vorbind, spirit este un concept mai bun, mai precis şi mai neutru, exprimând clar ceea ce se situează dincolo de abordarea curentă a personalităţii. În concepţia lui Assagioli, folosirea predilectă a termenului "spiritual" nu se reduce doar la experienţe religioase specifice, ci include toate transformările conştiinţei, precum şi toate acele funcţii şi activităţi care capătă valoare normativă: valori etice şi estetice, eroice, umaniste şi altruiste. După cum însuşi Assagioli a spus "dezvoltarea spirituală include toate experienţele conectate cu trezirea conţinuturilor supraconştientului, care poate cuprinde sau nu experienţa sinelui". Sinele este cea mai autentică psihosinteză.

Încă din 1939, savantul italian considera că procesul de împlinire a Sinelui ar trebui numit "psihosinteză", iar obiectivele care trebuie atinse în acest proces transformativ sunt: pacea, armonia şi forţa (O. Brazdău, 2000, p.246-247). Etapele procesului sunt:

Etapa I: Cunoaşterea deplină a personalităţii noastre, atât a elementelor inferioare, cât şi a talentelor şi a calităţilor ignorate.

Etapa a II-a: Controlul diferitelor dimensiuni ale personalităţii. În momentul în care individul nu se mai identifică cu diverse "obiecte", el poate domina şi controla. Are loc şi o dezagregare a imaginilor şi complexelor negative, energia eliberată astfel fiind redirecţionată.

Etapa a III-a: Descoperirea sau crearea unui centru de unificare a personalităţii, spre care să se îndrepte toate eforturile individului. Acest nou centru poate fi divers, însă el trebuie neapărat să se formeze, pentru ca proiectul Sinelui să continue. Eul îşi poate pierde treptat interesele egoiste, acesta fiind un prim pas al transcenderii Eului.

Etapa a IV-a: Psihosinteza:

După stabilirea centrului, omul îşi construieşte o nouă personalitate în jurul acestuia. Se stabileşte un "plan de acţiune" interior pentru atingerea scopurilor. Unele persoane văd clar scopul, altele îl intuiesc şi se bazează pe intenţii, mai mult decât pe un plan bine stabilit. Assagioli precizează că există o psihosinteză personală şi una spirituală care leagă Eul de Eul spiritual. Crearea centrului vital al personalităţii este cea mai dificilă sarcină, dar odată stabilită ţinta, individul ştie ce să facă. Oamenii care ajung aproape de acest scop sunt foarte puţini.

c) *Abraham Maslow* (1908 - 1970) s-a născut la Brooklyn, New York, fiul unor emigranţi evrei-ruşi. El şi-a descris tinereţea ca "izolată şi nefericită", crescând fără prieteni, în biblioteci, printre cărţi. A fost profesor de psihologie la Universitatea din Wiscounsin, la Brooklyn College şi la Brandeis University. În 1968 este ales preşedinte al Asociaţiei Psihologilor Americani. Moare în urma unui atac de cord în 1970.

Unele din conceptele maslowiene au fost dezvoltate în psihologia transpersonală: metamotivaţia (metamotive: Selfactualization (împlinirea Sinelui), nevoia de transcendere) şi "peak experience".

Pe lângă nevoile umane obişnuite, fiziologice şi psihice există - după Maslow (1967) şi metanevoi de realizare a Sinelui, care reflectă un mod de viaţă care îl îmbogăţesc pe individ dincolo de viaţa cotidiană, adică are o motivaţie pentru valori mai înalte: frumuseţe, unicitate, ordine, perfecţiune, transcendere şi dorinţa de a crea. Toate aceste metanevoi şi metavalori sunt corelate cu dezvoltarea nevoii de împlinire a Sinelui (Selfactualization).

Maslow studiază experienţa de vârf ("peak experience), care semnifică trăirile intense, mistice, asociate cu sentimentul nemărginit, a unei puteri depline care vizează infinitatea prin pierderea simţului de loc şi timp, trăire "de mare extaz, veneraţie" (1970). Spre sfârşitul vieţii Maslow a semnalat şi ceea ce el a numit "plateau experience", o prelungire a extazului trăit în "peak experience". Aceste experienţe unice provin din dragoste, din credinţă religioasă, din explozii ale creativităţii şi uneori din fuziunea cu natura (cosmizare). Valorile transcendente şi cosmizatoare avansează dincolo de valorile obişnuite ale conştiinţei, spre un "simţ" al conştiinţei cosmice, al unităţii dintre Sine şi Univers. Omul are capacitatea de transcendere şi cosmizare, de a crea direcţii noi, mai profund spirituale, ale evoluţiei umane.

Alături de Maslow trebuie să-l menţionăm ca pioner al psihologiei transpersonale şi pe *Carl Ransom Rogers* (1902-1987), care elaborează conceptele de Self actual şi Self ideal ce pot fi în relaţii de congruenţă sau incongruenţă. Rogers dezvoltă teoria împlinirii Sinelui, intitulată "The Fully Functioning Person" (Persoana ca funcţionare completă), care pare a spune: "partea noastră bună poate fi ţinută ascunsă" (M.P. Craiovan, 2000, p.219-222).

d) *Viktor Emil Frankl* (1905-1997) s-a născut la Viena la 26 martie 1905. Tatăl său a fost stenograf la parlament, avansat ulterior în funcţia de director al Ministerului Afacerilor Sociale. În timp ce frecventa liceul, fiind integrat într-o asociaţie socialistă de tineret, el devine interesat de psihologie. În 1930 îşi ia doctoratul în medicină, ocupându-se de tratarea femeilor cu risc suicidar. Când naziştii au luat puterea în 1938, V. Frankl a fost numit în fruntea departamentului neurologic al spitalului Rotschild, singurul spital evreiesc al nazismului timpuriu.

Frankl a supravieţuit Holocaustului, deşi s-a aflat în patru tabere de exterminare, inclusiv Auschwitz din 1942 până în 1945, dar părinţii şi alte rude au murit în lagărele de concentrare. Fiind în lagăr el a dezvoltat o abordare revoluţionară a psihoterapiei care va fi cunoscută cu numele de logoterapie (de fapt, Logos-terapie).

El s-a întors la Viena în 1945, devenind şeful departamentului de neurologie al Spitalului Policlinic Viena, poziţie pe care a deţinut-o 25 de ani. A fost profesor de neurologie şi psihiatrie. Cele 32 de cărţi despre analiza existenţială şi despre logoterapie au fost traduse în 26 de limbi. Din 1961 Frankl a predat la universităţile Harvard şi Stanford din SUA. Era pasionat de căţărările pe munte şi de zborul cu avionul. El şi-a luat licenţa de pilot la vârsta de 67 de ani. A predat la Universitatea din Viena până la vârsta de 85 de

ani. Viktor Frankl a murit în urma unui atac de cord pe 3 septembrie 1997. Fiica sa Dr. Gabriele Frankl-Vesely îi continuă opera.

Ediţia americană a cărţii "Man's Search for Meaning", apărută în 1963, a ieşit într-un tiraj de un milion şi jumătate de exemplare; titlul original din 1959 era: "From Death Camp to Exsistentialism". Gordon Willard Allport (1897-1967), în prefaţa ediţiei din 1963, scria că această carte este "o introducere în cea mai semnificativă mişcare psihologică a zilelor noastre". Probabil că el făcea aluzie la psihologia transpersonală (din 1961, în SUA începea să se dezvolte "a-IV-a forţă").

Teoria şi terapia lui Frankl au izvorât din experienţele sale trăite în lagărele naziste de exterminare. Studiind condiţiile de supravieţuire el a dezvoltat logoterapia, terapia prin Logos (gr. sens, spirit, dar şi raţiune divină; Ioan Alexandru obişnuia să-l numească Logos pe Iisus Hristos!). "Logosul este mai adânc decât logicul", spunea Frankl. Logo-terapia este metoda prin care omul este ajutat să-şi găsească un sens al vieţii (un rost ar fi spus Noica!). Omul poate descoperi acest sens al vieţii în trei moduri:

a) prin acţiune;
b) prin experienţa unei valori;
c) prin suferinţă (apropiat de concepţia creştină a lui F.M. Dostoievski).

Omul trebuie să fie conştient şi să fie sigur că suferinţa are un sens sau, altfel spus, omul trebuie să aibă capacitatea de a descoperi un sens al existenţei în suferinţa sa (similar la Nicolae Steinhardt, "Jurnalul fericirii", 1992).

Logoterapia franklianã este transformată de discipolii săi în Christoterapie - metodă de vindecare prin iluminare (învăţătura lui Hristos): descoperirea sensului suferinţei şi sacrificiului (sacrum facere), ca o cale de purificare spirituală, prin care se înlătură mediocritatea şi păcatul. Bernard Tyrell (în 1975) face trecerea la Christoterapie, cu acordul lui V.Frankl.

Logoterapia, comparată cu psihanaliza, este o metodă mai puţin retrospectivă şi mai puţin introspectivă, fiind mai ales prospectivă, pentru că se concentrează asupra viitorului pacientului, care, prin transferuri şi descoperiri ale sensului existenţial, are şansa salvării şi împlinirii sale în viitor. Logoterapia defocalizează toate cercurile vicioase şi angoasele, înlătură vacuum-ul existenţei, care favorizează dezvoltarea nevrozelor; sunt sparte toate autocentrările tipice în nevroze. Prin cultivarea setei de sens ("the will of meaning") vacuum-ul existenţial se umple cu sens, cu semnificaţie înaltă, cu rost. Sensul cel mai înalt al existenţei umaneal unităţii dintre Sine şi Univers. Omul are capacitatea de transcendere şi cosmizare, de a crea direcţii noi, mai profund spirituale, ale evoluţiei umane este Selftranscendece - concept inventat de Frankl (1963) şi desemnând ascensiunea spirituală prin depăşirea Sinelui individual (conceptul va deveni Sine transcendent la Ken Wilber, în1985). Omul este o fiinţă selftranscendentă: dacă nu îşi găseşte un sens în lume şi nici în Sine trebuie să-l caute şi săl descopere în afara sa, dincolo de Sine. Aceste este Suprasensul! Este o referire la Dumnezeu şi la sensul spiritual al credinţei religioase.

Concepţia psihologică a lui Viktor Emil Frankl este deschizătoare de orizonturi pentru teoria şi terapia transpersonală.

2. *Alţi premergători: Richard Maurice Bucke (1901 – "Cosmic Consciousness"), William James (1842- 1910) şi Constantin Rădulescu-Motru (1868 – 1957)*

a) *Richard Maurice Bucke*, psihiatru canadian, publica în 1901 profetica lucrare "Conştiinţa cosmică. Studiu privind evoluţia minţii umane". După cum arată O.Brazdău (2000, p.247-254), studiul a fost primit cu entuziasm de către cercetătorii celebri ai conştiinţei, ca William James şi P.D.Ouspensky, fiind primul tratat ştiinţific în care se analizează evoluţia conţtiinţei umane, de la cea mai elementară formă de conştiinţă şi până la cea conştiinţa cosmică, faza finală a evoluţiei conştiinţei, Bucke menţionează că noua trăsătură are mai multe nume: orientalii o numesc "Turya", Hristos o numea "Împărăţia Cerurilor", apostolul Pavel vorbeşte de "Spirit" sau "Spiritul lui Dumnezeu".

Conştiinţa cosmică este astfel descrisă de Bucke (1901,p.2; apud. W.James, 1998,p.285-286):

"*Caracteristica esenţială a conştiinţei cosmice este o conştiinţă a cosmosului, adică a vieţii şi ordinii universului. Odată cu conştiinţa cosmosului are loc o iluminare intelectuală cae îl situează pe individ într-un nou plan de existenţă - aproape că îl face membru al unei noi specii. La aceasta se adaugă o stare de înălţare morală, un sentiment de nedescris de ridicare, de entuziasm şi de bucurie, o activare a simţului moral, care este la fel de izbitor, dar mult mai important decât puterea intelectuală. Acestea determină ceea ce s-ar putea numi un sentiment de nemurire, o conştiinţă a vieţii eterne, însă nu convingerea că el o va avea, ci conţtiinţa că el o are deja*"

Trăsăturile după care se poate recunoaşte prezenţa conştiinţei cosmice sunt următoarele (Bucke, 1969, p.79):

a) Conştientizarea legilor care guvernează Universul;
b) Elevarea morală;
c) Iluminarea intelectuală - mintea devine aptă de mari intuiţii;
d) Simţul nemuririi;
e) Dispariţia fricii de moarte;
f) Depăşirea noţiunii de păcat - prin unirea perechilor de contrarii;
g) O creştere a charismei personale;
h) Transfigurare persoanei; această transformare putând fi remarcată de ceilalţi oameni;
i) Instantaneitatea iluminării, provocată de intervenţia divinităţii.

Vârsta iluminării este, în medie, în jur de 35 de ani, la unul din câteva milioane de oameni şi este prezentă doar câteva minute (rareori câteva ore). Bucke a identificat 14 "instanţe" ale conştiinţei cosmice: Buddha, Hristos, Sf. Pavel, Sf. Ioan al Crucii, Mohamed, Plotin, Dante, Bartolomeu Las Çasas, Francis Bacon, Jakob Böhme, William Blake, Honoré de Balzac, Walt Whitman, Edward Carpenter. Alte nume de fiinţe iluminate spiritual au fost: Moise, Lao Tse, Socrate, Blaise Pascal, Baruch Spinoza, Swedenborg ş.a.

b) *William James* (1843-1910) a fost un mare psiholog şi filosof american care face parte din categoria firilor romantice, foarte impresionabile şi cu o bogată viaţă interioară. Formaţia sa intelectuală, începută în Europa, sub influenţa francezului Henri Bergson (1859-1941, Nobel în 1928) se desăvârşeşte în patria sa, alături de Charles Sanders Pierce (1839-1914), întemeietorul pragmatismului.

"The Varieties of Religious Experience: a Study in Human Nature" (1901-1902, trad. în rom. cu titlul "Tipurile experienţei religioase", Ed. Dacia, 1998), este considerată în mare măsură drept cea mai importantă lucrare scrisă în America asupra religiei. Religia pentru W. James este un mod de viaţă asupra conştiinţei individuale, avându-şi rădăcinile în experienţa religioasă, distinctă şi prealabilă celei cognitive, orientând omul în perspectiva credinţei mântuitoare şi nu a acţiunii utile. În volumul citat (James, 1998, p.210), el face un elogiu unui "simptom religios" pe care-l numeşte Puritatea Vieţii: "Persoana sfântă devine exagerat de sensibilă la inconsecvenţa sau discordia interioară, iar amestecul şi confuzia devin intolerabile... Tot ce este nespiritual pângăreşte apa pură a sufletului şi este respingător".

W. James (1998, p.272-273) propune patru particularităţi ale experienţei mistice:

a) inefabilitatea;
b) calitatea noetică;
c) perisabilitatea;
d) pasivitatea.

James realizează descrieri şi prezentări ale extazului mistic la Al-Ghazzali, Sf. Ioan al Crucii, Sf. Tereza, Jakob Bőhme, care cuprind "revelaţii ale unor adâncimi ale adevărului" (p.293).El caracterizează (1998, p.303) astfel starea de conştiinţă mistică: "Ea este în ansamblu panteistă şi optimistă sau, cel puţin, opusul pesimismului. Este antinaturalistă şi se armonizează mai bine cu cei născuţi-de-două-ori şi cu aşa-numitele stări de spirit ale altei lumi."

Pentru astfel de analize psihologice nu este de mirare că transpersonaliştii contemporani îl revendică drept pionier al psihologiei transpersonale.

c) *Constantin Rădulescu-Motru* (1868-1957) lansează teoria personalismului energetic în 1927, conform căreia unicul scop al universalismului este formarea şi desăvârşirea personalităţii umane, asupra căreia guvernează personalitatea divină, despre care omenirea a avut o presimţire odată cu primele ei aspiraţii religioase. Conştiinţa omenească, susţine Motru, este rezultatul suntetic al evoluţiei prin care a trecut întreg universul, evoluţie neterminată, căci opera "corpului Alfa" (Dumnezeu) este veşnic în curs de realizare. Obiectivul actual al acestei evolutii eterne este realizarea supraomului (diferit de cel al lui Friedrich Nietzsche), care nu poate avea loc decât prin implicarea vocaţiei: "Omul care simte în el o vocaţie este un transformator de energie. El este profetul personalismului energetic."

Nu atât energetismul se cade a fi elogiat, cât mai ales ideea împlinirii personalităţii umane, ca evoluţie: "Tulpina vieţii, pe care se altoiesc diferitele momente ale Eului omenesc, este energia care se personalizează în mersul ei neîncetat spre împlinirea tuturor virtuţilor sale genuine şi atingerea supremului, care este personalitatea divină, înţeleasă ca o energie universală, perfect personalizată."

Prin această teorie originală, gândirea lui Rădulescu - Motru trădează clare tendinţe transpersonaliste.

3. Izvoare în psihologiile orientale: Milarepa, Sri Aurobindo, Osho, Lama Anagarika Govinda

În Orient există o mare varietate de psihologii, chiar dacă ele nu sunt închegate în sisteme ştiinţifice, academice, de tip occidental. Toate au în comun încercarea de a descrie experienţa imediată, recomandând meditaţia (mai ales meditaţia transcendentală) drept cea mai bună cale de dezvoltare a conştiinţei multidimensionale şi de împlinire a personalităţii. Psihologiile orientale se predau astăzi în universităţile americane şi în cele din occidentul Europei. În România nu există nici un fel de proiect în acest sens.

Occidentalului Homo Sapiens sau Homo Faber i se opune orientalul Homo Hierarhicus (cf. L. Dumont, 1979). Stau faţă în faţă, ezitând încă să se îmbrăţişeze ("World Conqueror" şi "World Renouncer" - S.J. Tambiah, 1974).

Psihologiile orientale pot fi generatoare de noi teme şi concepte, chiar noi metodologii pentru psihologia occidentală dacă sunt asimilate critic, selectiv, dozat şi nuanţat, fără să se renunţe la raţionalismul viguros şi benefic. În studiul introductiv (Spiritualizarea vieţii sau materializarea spiritului?) la tratatul Introducere în psihologia orientală (Ion Mânzat, Radu Al. Lucian, 2002) arătăm că este posibilă conjugarea celor două perspective psihologice, fără a pierde însă din vedere că mentalul european este deosebit de cel oriental, întrucât conţine arhetipuri şi paradigme specifice.

Fizicianul şi filosoful american Fritjof Capra, în Taofizica - o paralelă între fizica modernă şi mistica orientală (1995), pledează pentru integrarea conceptului de sănătate spirituală, cu formele transpersonale ale percepţiei şi experimentului. Lui Capra i se pare limitată rezumarea la "forma carteziană" a ştiinţificităţii. Omul de tip cartezian " stă în afară" şi premisa sa, precum raţiunea sa de a fi, este "starea în afară", ek-sistenţa alienată. Acest tip de om vădeşte infirmitatea de a nu înţelege decât ceea ce stă în legătură cu percepţia grosieră şi cu reprezentarea spaţio - temporală. Pentru "realitatea de după realitate", pentru experienţa transpersonală, pentru percepţia extrasenzorială el nu dispune de valenţe comprehensive. Psihologia orientală este o ştiinţă a omului interior. F. Capra crede că adevărata sănătate psihică cere o echilibrare a celor două forme de cunoaştere (raţională şi intuitivă), adoptarea unui nou "stil cognitiv" (Witkin, 1950) caracterizat prin dăruire faţă de clipă şi profunda exploatare a dimensiunii spirituale a vieţii.

Spiritualizarea vieţii şi a persoanei umane este principalul scop al psihologiilor orientale, iar materializarea spiritului este scopul psihologiei şi al tuturor ştiinţelor occidentale. Noi credem că numai prin complementarizarea celor două orientări, psihologia actuală mai poate încă spera în găsirea umanismului pierdut şi în împlinirea fiinţei umane.

Conceptele sau câmpurile tematice ale psihologiilor orientale care i-au provocat cel mai mult pe psihologii americani şi europeni se referă la: iluminarea inimii (intuiţia), experienţele extazului, concentrarea calmă şi meditaţia transcendentală, armonizarea Sinelui (pacea interioară), împlinirea personalităţii prin dezvoltarea potenţelor sale spirituale şi prin eliminarea condiţionărilor, doctrina

energiilor psihice, căile iluminării şi integrării, conştiinţa multidimensională, diversele ipostaze ale înţelepciunii etc.

Tehnica extazului este numitorul comun al tuturor psihologiilor orientale, dar ea se realizează la şamani cu o evidentă specificitate şi cu o amploare deosebită. De aceea, considerăm că şamanismul este generatricea (matricea generatoare) arhaică a tuturor tehnicilor orientale (Ion Mânzat, 1999). Axioma psihologiilor orientale este următoarea: viaţa omului este o continuă suferinţă. Mircea Eliade (1991, vol.II, pg.48) scrie: "A te «elibera» de suferinţă, acesta este scopul tuturor filosofiilor şi tehnicilor de meditaţie indiene. Nici o ştiinţă nu are valoare dacă nu urmăreşte «salvarea omului»".

a) *Jetsun Milarepa* a fost un mistic tibetan care a trăit în secolul al XI lea. Învăţătura Maha – Mudra sau Yoga Marelui Simbol caută adevărul asupra realităţii ultime. Aceasta nu este o învăţătură de colegiu, întrucât se adresează "celor alesi". Şi Milarepa a fost unul dintre aceştia, poate cel mai cunoscut yoghin, model exemplar de spirit, urmat şi astăzi de asceţi aparţinând multor şcoli iniţiatice, neântrerupt de mai bine de nouă secole (Rechung Dorje Tagpa, 1991). "Mila-Repa înseamnă: Mila-Cel-Îmbrăcat-În-Bumbac." Virtutea meditaţiei lui Milarepa şi a credinţei fiinţelor celor Trei Loka sau Regiuni, a Dorinţei (Karma), a Formei (Rupa) şi a Lipsei Formei (Arupa) se unesc şi produc o forţă spirituală folositoare tuturor fiinţelor, esenţa acesteia fiind compasiunea. Experimentarea Luminii Clare implică o stare extatică în care întunericul ignoranţei (Avidya), care este "Întunericul Nopţii", devine iluminat, într-o străfulgerare supraconştientă. Milarepa cunoaşte metoda de a ajunge laa Vacuitatea Cugetului, o stare transcendentală sau nirvanică a conştiinţei nemodificate sau primordiale. Nu este vorba de un vid al nimicniciei, ci de o stare supralumească a minţii, care poate însă să fie cunoscută – aşa cum ne explică Milarepa – de către Yoghinul Desăvârşit. Este inefabila stare în care conştiinţa personală, limitată, devine contopită, nu însă pierdută cu nelimitata Conştiinţă Cosmică, "ca un strop de ploaie contopit cu oceanul infinit, sau ca lumina unei lămpi, contopită cu lumina Soarelui".

Ca toţi misticii tibetani, Milarepa – care a fost maestrul spiritual al iniţiatului Constantin Brâncuşi (I. Mânzat şi M.P Craiovan, 1996, pg.147-150)- cunoştea misterele tehnicilor reîncarnării. Astăzi psihoterapia reîncarnării este frecventă în terapeutica transpersonală (mai ales în Germania).

b) *Sri Aurobindo* s-a născut în Calcutta, India, la 15 august, 1872. De la vârsta de şapte şi până la douăzeci de ani studiază în Anglia, revenind în India cu diploma Universităţii Cambridge sub braţ. În paralel cu căutarea interioară se avântă şi în politică, până în 1926, când se retrage din viaţa publică pentru a se dedica cercetării spiritului, la ashramul său de la Pondichéry. A scris peste 60 de lucrări, în domenii ca filosofie veche, tradiţie indiană, dar şi yoga, fiind întemeietorul sistemului "yoga integrală", care reuneşte şi armonizează toate tipurile de yoga.

În concepţia integratoare şi sintetistă a lui Sri Aurobindo (1999, pg.111), trei termeni – transcendental, induvidual şi cosmic – exprimă în mod fundamental totalitatea relaţiei reale dintre Sine şi Lume pe care trebuie să o punem în locul

relaţiei false create de Ego-ul limitativ. Aceasta este noua viziune şi noua percepţie a infinităţii de A Fi. Vedanta ne îndeamnă la realizarea: "a vedea toate existenţele în Sine şi Sinele în toate existenţele".

În afară de conştiinţa Sinelui pur şi transcendent (pe care îl va descrie Ken Wilber, în 1985) trebuie să acceptăm să deosebim şi conştiinţa cosmică, să ne identificăm Fiinţa cu Infinitul.

În 1950 îşi părăseşte coprul, lăsând Mamei sarcina de a-i continua opera. În 1952 ia fiinţă Institutul Internaţional de Educaţie "Sri Aurobindo" de la Pondichéry, iar în 1968 Mama întemeiază Centrul Auroville.

Prezentăm, în continuare, o extraordinară descriere a manifestării conştiinţei cosmice în fiinţa umană, aşa cum este exprimată de Sri Aurobindo (1999, pg. 160-163).

"Putem să ajungem la conştiinţa cosmică, să devenim una cu această conştiinţă în două feluri: în mod latent, spărgând zidurile Ego-ului şi identificându-le cu toate existenţele Unului, sau, de sus, privind realizarea Sinelui pur sau a Existenţei absolute, în puterea sa de exteriorizare şi de imanenţă, în puterea sa de creaţie şi de cunoaştere care îmbrăţişează şi constituie Totul.

Fiinţa mintală va pune cel mai uşor bazele acestei conştiinţe cosmice sub forma Sinelui tăcut şi imanent în toate lucrurile; şi aceasta, prin descoperirea Martorului pur şi simplu omniprezent care serveşte ca Suflet conştient toată activitatea universului, SatChitAnanda, pentru care Natura Universală îşi desfăşoară procesiunea veşnică a lucrărilor sale.

În sânul tuturor lucrurilor, de fapt deasupra lor, percepem o Prezenţă pură şi perfectă, o putere independentă şi infinită, prezentă în noi înşine şi în toate lucrurile, nedivizată de toate divizările, neafectată de tensiune şi de lupta manifestării cosmice.

Nu mai suntem mintea, viaţa şi corpul, ci Sufletul tăcut, liniştit şi veşnic care le stăpâneşte, le animă şi le susţine; descoperim astfel Sufletul peste tot, susţinând şi animând toate viefile, toate gândurile, toate corpurile şi încetând să îl mai considere ca o fiinţă separată şi individuală în fiinţa noastră."

c) *Bhagwan Shree Rajneesh* (1931-1990), cunoscut sub numele de Osho, s-a născut într-o mică localitate din India Centrală. La vârsta de 14 ani are prima viziune asupra conştiinţei cosmice, iar la 21 de ani trăieşte experienţa iluminării. Osho obţine diploma în filosofie la Universitatea din Sagar în 1956, devenind ulterior profesor la Universitatea din Jabalpur. În 1966 demisionează, pentru a se dedica în întregime iniţierii omului modern în arta meditaţiei.

Osho organizează un centru spiritual la Poona, din 1974 acesta primind annual peste 25.000 oameni; prezintă acolo noua sa tehinică de meditaţie – "meditaţia dinamică"- care va fi ulterior adaptată de psihoterapeuţi, medici şi profesori din întreaga lume. În 1990 pleacă în SUA, unde întemeiază o comunitate spirituală, după care revine în India. Apar comunităţi importante, coordonate de Osho, în majoritatea tărilor occidentale şi în Japonia. Discursurile sale au fost grupate în circa 650 de volume şi traduse în 34 de limbi.

El consideră iluminarea ca fiind eternul început (Osho, 1998). Iată cum descrie el propria sa viziune asupra iluminării: *"În iluminare nu se intră în*

trepte. Odată ce este prezentă, ea este pur şi simplu acolo. Este ca şi cum fiinţa ar plonja într-un ocean de sentimete. Faceţi saltul şi vă uniţi cu acest ocean, ca o picătură de apă. Aceasta nu înseamnă că veţi cunoaşte întregul ocean.

Clipa este totalitatea: clipa în care ne detaşăm de Ego-ul, clipa de suprimare a Ego-ului, momentul în care suntem lipsiţi de Ego este totalitatea. Ea este tot ceea ce este....

Începutul iluminării şi sfârşitul ignoranţei este unul şi acelaşi punct. Ele sunt un singur punct, periculos, cu două feţe: una întoarsă către ignoranţa fără sfârşit, cealaltă spre începutul iluminării fără sfârşit. Astfel ajungeţi la iliminare şi, în acelaşi timp, nu o atingeţi niciodată. Ajungeţi la ea, "căderi în interiorul ei", vă confundaţi cu ea. Totuşi ea rămâne o mare necunoscută. Şi tocmai de aici vine frumuseţea şi misterul ei..." (Osho, 1998, pg.109-110).

d) *Lama Anagarika Govinda* (Anangavajra Khamsum-Wangchuk) s-a născut în Germania în anul 1898. Membru al Ordinului Kargypta, Govinda a trăit peste 20 de ani în mănăstirile tibetane, în preajma marilor maeştri. Îi plăcea să se autonumească "un indian autentic de sorginte europeană şi credinţă buddhistă, încrezător în fraternitatea oamenilor".

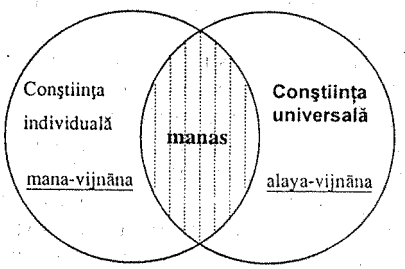
Govinda (1999, pg.121-127) semnalează polaritatea Orient versus Occident, dar speră în integrarea celor doi poli: *"Răsăritul şi Apusul sunt cele două jumătăţi ale conştiinţei umane, comparabile cu cei doi poli ai unui magnet, care se condiţionează şi îşi corespund reciproc şi care nu pot fi separaţi. Numai înţelegând acest lucru poţi deveni o fiinţă umană completă."*

El ne învaţă că înţelepciunea este superioară gândirii raţionale, fiind o îmbinare între "iluminarea minţii" (inteligenţa) şi "iluminarea inimii" (intuiţia). Înţelepciunea suprarațională (prajña) poate accepta şi realiza intuitiv nemărginitul şi atemporalul, renunţând la explicaţii şi trăind misterul, adâncit în tăcere, care poate fi intuit, experimentat spiritual. *"Minţile mărune trăiesc într-o lume a aspiraţiilor şi dorinţelor efemere, minţile mari în infinitul Universului şi în conştiinţa statornică a misterului insondabil"*, spune Govinda (1999, pg.33).

Pe "calea lăuntrică" omul trebiue să îşi orienteze mintea spre profunzimile şi spre înălţimile conştiinţei. Govinda (1999, pg.322) susţine că cei care trăiesc în timpul iluzoriu al conştiinţei lor periferice, al intelectului şi în continuum-ul spaţio-temporal al lumii externe, se identifică cu ceea ce este muritor; cei care trăiesc în armonie cu "pulsul eternităţii" se identifică cu ceea ce este nemuritor şi ei descoperă că întreaga eternitate se află în spirit, în spiritul lor.

În psihologia tibetană, conştiinţa avansează de la limitat la cuprinzător, de la o intensitate redusă la una mai mare, de la dimensiunile inferioare la cele superioare, iar fiecare dimensiune superioară le include pe cele inferioare, coordonându-şi elementele într-o structură mai extinsă şi mai complicată de relaţii. Psihologii occidentali (Charles Tart, 1969) se referă la stările modificate de conştiinţă, în timp ce tibetanul Govinda consideră conştiinţa ca fiind multidimensională (I.Mânzat şi Radu Al. Lucian, 2002).

Conştiinţa spirituală (manas) este un mediator între conştiinţa universală şi cea individuală (vezi figura), participând la amândouă (Govinda, 1998, pg.77-79).



Ea reprezintă elementul stabilizator al minţii, punctul central al balanţei, susţinând coesenţa şi consistenţa conţinuturilor mintale prin faptul că este centrul lor de referinţă. Manas este "mentalul fundamental" al alchimiştilor, care se transformă în aur prin putere magică (siddhi), este "cărbunele" care se transformă în diamant, este otrava care se transformă în elixirul vieţii. Manas este principiul prin care conştiinţa universală se experimentează în spiritul individual, de fapt se autoexperimentează.

Plenitudinea sau implinirea Sinelui ("Selfactualization" la Maslow), este căutată de buddhişti numai înlăuntrul nostru prin transformarea deplină a personalităţii, adică printr-o inversare (parāvrtti) a temeiurilor existenţei într-o stare de universalitate, prin "desfacerea" crustei dure a Sinelui. Această "transpersonalizare" survine în urma trezirii facultăţilor iluminării, a pulsiunilor interioare către lumină şi libertate, latentă în orice fiinţă umană. Calea Iluminării este calea către împlinire, iar faptul că o putem străbate-aşa cum au demonstrat-o Buddha, Milarepa, Dalai Lama, Sri Aurobindo etc.- dovedeşte că, în mod potenţial, fiecare om posedă facultatea de a converti elementele trecătoare ale personalităţii sale empirice într-o realitate superioară, spirituală.

Ultimele cuvinte ale lui Buddha şi ultimul sfat al său au fost:

"Fiţi-vă vouă înşivă propria făclie!"

Iar pentru Iisus Hristos, împărăţia nu era nici viitoare, nici în ceruri, ci *"înlăuntrul vostru"*.

4. Rezumat

1. Cei patru evanghelişti ai PT au fost: Carl Gustav Jung, R. Assagioli, Abraham Maslow, Viktor Frankl
   - Conceptele fundamentale ale psihologiei analitice junghiene, dezvoltate ulterior de PT, sunt: individuarea (proces de căutare a Sinelui), inconştientul colectiv (transpersonal), care cpnţine arhetipurile, Sinele (arhetipul central care unifică şi ordonează psihismul uman), principiul sincronicităţii-al legăturii acauzale prin coincidenţe semnificante;
   - R. Assagioli inventează psihosinteza, care se opune psihanalizei şi ajunge la spiritul uman (domeniul transpersonalului); psihosonteza

este procesul de împlinire a sinelui, ale cărui obiective sunt pacea, armonia şi forţa.

- Abraham Maslow a elaborat o teorie a motivaţiei, ca dimensiune a personalităţii, în care descrie metamotive ca "Selfactualization" şi nevoia de transcendere; "peak experience" (experienţa de vârf, trăire de mare extaz, uimire şi veneraţie) şi "plateau experience" (experienţă de vârf prelungită), "simţul" conştiinţei cosmice;
- Viktor Frankl dezvoltă logoterapia (care devine christoterapie) prin cultivarea setei de sens şi suprasens (divin); Selftranscenderea este ascensiunea spirituală prin depăşirea Sinelui individual.

2. Alţi premergători: R.M. Bucke (conştiinţa cosmică), William James (experienţa şi conştiinţa mistică), C. Rădulescu-Motru (personalismul energetic: divinitatea este o energie universală perfect personalizată).
3. Izvoare orientale: Milarepa (experienţa Luminii Clare; starea transcendentală sau nirvanică a conştiinţei primordiale), Sri Aurobindo (conştiinţa cosmică duce la identificarea Fiinţei cu Infinitul), Osho (iluminarea-eternul început), Lama Anagarika Govinda (conştiinţa spirituală - manas - este un mediator între Cs. universală şi Cs. individuală). Personalitatea împlinită ar fi complementarizarea dintre spiritualizarea vieţii (Orient) şi materializarea spiritului (Occident).

BIBLIOGRAFIE

Carl Gustav Jung - "Amintiri, Vise, Reflecţii", Bucureşti, Ed. Humanitas, 1996;
Carl Gustav Jung - "Imaginea omului şi imaginea Lui Dumnezeu", Bucureşti, Ed. Teora, 1997 (a); "Tipuri psihologice", Bucureşti, Humanitas, 1997 (b);
Ion Mânzat - "Marea ratare a lui C.G. Jung", capitolul IX din volumul I.Mânzat şi M.P. Craiovan- "Psihologia simbolului arhetipal", Bucureşti, INI, 1996;
Mariana Tănase - "Individuarea sau "a deveni propriul Sine", cap. III din vol. I.Mânzat (coord.) "Psihologia Sinelui. Un pelerinaj spre centrul Fiinţei", Bucureşti, Editura Eminescu, 2000;
Mihaela Minulescu - "Introducere în analiza junghiană", Bucureşti, Ed. TREI, 2001;
Roberto Assagioli - Transpersonal Development. The Dimension Beyond Psychosynthesis, Aqarian/ Thorson, 1991;
Ovidiu Brazdău - "Procesul împlinirii Sinelui. Cercetare teoretică şi experimentală", cap.VI în vol. I.Mânzat (coord.), 2000;
Rudolf Otto - "Sacrul", Cluj, Edit. Dacia, 1992;
Ion Mânzat - "Psihologia sinergetică. În căutarea umanului pierdut", Bucureşti, Edit. Pro Humanitate, 1999;
Abraham Maslow - Toward a Psychology of Being, New York, Ed. David M.Clelland, 1961;
Abraham Maslow - Motivation and Personality, New York, Harper&Row, 1970;
C.R.Rogers - On Becoming a Person, Boston, Houghton Mifflin Co., 1961;
M.P.Craiovan - "Psihologia umanistă, o cale a omului către Sine", cap.V, în vol.I.Mânzat, (coord.), 2000;
Ion Mânzat (coord.) - "Psihologia Sinelui, Un pelerinaj spre centrul Fiinţei", Bucureşti, Ed.Eminescu, 2000;
Viktor Frankl - From Death - Camp to Extistentialism, Boston, Mass., 1959;
Viktor Frankl - Man's Search for Meaning, Boston, Mass. 1963;
Viktor Frankl - The Unheard Cry for Meaning, New York, Simon&Schuster, 1978;
R.M.Bucke - Cosmic Conscoiusness, New York, Dutton&Co. 1969 (prima ed., 1901);
William James - "Tipurile experienţei religioase", Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 1998 (prima ed.1902);
Constantin Rădulescu-Motru - "Personalismul energetic", Bucureşti, Ed. Casa Şcoalelor, 1927;

Fritjof Capra - "Taofizica - o paralelă între fizica modernă şi mistica orientală", Bucureşti, Ed. Tehnică, 1995;
L.Dumont - Homo Hierarhicus, reed. Paris, Gallimard, col. "Tell", 1979;
Ion Mânzat şi Radu Al.Lucian - "Introducere în psihologia orientală" (în curs de apariţie);
Ion Mânzat - "Psihologia transei şamanice", Bucureşti, Ed. Aldomar, 1999;
Mircea Eliade - "Yoga. Nemurire şi libertate", Bucureşti, Ed. Aldomar, 1999;
Mircea Eliade - "Istoria credinţelor religioase", vol. 2, Bucureşti, Ed. Ştiinţifică, 1991 (sau Ed. Univesr Enciclopedic, 2000);
Lama Anagarika Govinda - "Bazele misticii tibetane", Bucureşti, Ed. Humanitas, 1998;
Lama Anagarika Govinda - "Meditaţia creatoare şi conştiinţa multidimensională", Bucureşti, Ed. Herald, 1999;
Osho - "Iluminarea: eternul început", Bucureşti, Ed. Herald, 1998;
S.J.Tambiah - World Conqueror and World Renouncer, Cambridge, 1974;
Sri Aurobindo - "Bazele sistemului yoga", Cluj, Ed.Dacia, 1995;
Charles Tart - Altered States of Counsciousness, New Zork, John Wiley, 1969;
Ken Wilber - No Boundary. Eastern and Western Approaches to Personal Growth, Boston&London, Shambhala, 1985.

III. DELIMITĂRI ŞI ANALOGII

1. Ce nu este psihologia transpersonală
(cf. John Rowan, Alyce Green & Elmer Green)
2. Transpersonalul cotidian : vocile interioare, intuiţia, creativitatea, stări de extaz, revelaţii
3. Rezumat
4. Bibliografie

1. Ce nu este psihologia transpersonală

Uneori ne este de ajutor în stabilirea frontierelor unui concept dacă putem să spunem ce nu este. Vom menţiona, în continuare, unele din aceste frontiere care ne ajută să definim mai bine transpersonalul.

a) Transpersonalul nu este extrapersonal

O distincţie a fost desemnată de Alyce Green şi Elmer Green (1986) între extrapersonal şi transpersonal. Aceasta seamănă cu deosebirea făcută de Ken Wilber (1980) şi de către Stanislav Grof (1989) între Lower Subtle şi Higher Subtle. De asemenea, reţinem diferenţa stabilită de Marc - Alain Descamps (1990) între transpersonalul orizontal şi transpersonalul vertical.

John Rowan (1992, p. 10) realizează diferenţele esenţiale în tabelul următor :

EXTRAPERSONAL	TRANSPERSONAL
"Spoon bending" (lingură îndoită)	Higher Self (Sine superior)
Levitaţie	Deep Self (Sine adânc - J.Lilly)
Extra - sensory perception	Inner teacher (învăţătorul interior)
Dowsing (magie)	Transpersonal Self (psychosynthesis)
Working with crystals	High archetypes (Jung)
Clairvoyance	The Soul (Hillman)
Telepathy	The superconsciousness
Radionics	(psychosynthesis)
Radiesthesia	Creativity (surrendered Self type)
Blindsight vedere oarbă	Some peak experiences
Fire - walking	Intuition (surrendered Self type)
Bloodless skin - piercing	Some healing
Out - of - body experiences	Some near death experiences
Paranormal generally	Upper chakras
Fakirism	Subtle energy systems
Mind over matter	Guidance Self (Whitmont)
The psychic	The Self
	Transfigured Self (Heron)

În trecut, această distincţie între extrapersonal şi transpersonal nu era realizată clar ; astfel, noţiunea de inconştient colectiv a lui Jung include ambele sensuri. Dar Stanislav Grof (1989) şi Ken Wilber (1985) consideră că distincţia este necesară.

b) Transpersonalul nu este acelaşi lucru cu emisfera dreapta a creierului

Emisfera dreaptă este considerată mintea nevorbitoare sau emisfera tăcerii (în Psihologia tăcerii - 2002, I Mânzat şi Mariana Tănase, se referă la Janus

Bifrons şi emisfera tăcerii). Savantul Paul Broca (1824-1880) cercetează asimetria funcţională a celor două emisfere ale creierului uman. Distribuţia asimetrică a funcţiilor între cele două emisfere conferă celei stângi statutul de emisferă dominantă. Ea este specializată în analiză şi operaţii logice, beneficiind de performanţa lingvistică. După Robert Ornstein (1973) emisfera "minoră" este superioară în privinţa aptitudinilor geometrice şi spaţiale. Emisfera dreaptă oferă datele prezenţei unei conştiinţe de sine, cu singura limită că nu poate comunica verbal aceasta, ci în propriile ei modalităţi: intuiţie, inspiraţie, revelaţie, extaz etc. Albert Einstein a numit-o genial: sylent zone!

Roger Sperry (1982) demonstrează că fiecare emisferă deconectată are propriile sale funcţii cognitive şi modalităţi proprii de raportare la realitate. Emisfera tăcerii vorbeşte! Am avea multe de aflat dacă am învăţa s-o ascultăm.

Se pare că adesea civilizaţia noastră neglijează emisfera dreaptă şi suprasolicită emisfera stângă. Eficienţa activităţii psihice provine din acţiunea sinergică a celor două emisfere ale aceluiaşi creier şi nu din disocierea lor artificială. Transpersonalul nu se confundă cu funcţia emisferei drepte.

c) Transpersonalul nu este NEW AGE

Mişcarea New Age, supranumită şi "paradigma holistă" sau "revrăjirea vărsătorului", apare în S.U.A către sfârşitul anilor '70 ai secolului al XX-lea.

În 1985 apare lucrarea "The Aquarian Conspiracy" a lui Marylene Ferguson, în care se dezvoltă conceptul "conştiinţei New Age", caracterizat prin:

- principiul sintetic care înlesneşte gândirea universului;
- conştiinţa de grup ca maturizare supremă a individului;
- un nou principiu călăuzitor, caracterizat prin "autoiluminare" şi orientare după legităţi "spirituale";
- transcendenţă intemeiată numai pe experienţa proprie;
- conştiinţa globală care sistează distrugerea lumii.

New Age se dirijează într-o religie a automântuirii şi pretinde a-şi trage seva din psihologia analitică a lui Jung şi din psihologia transpersonală. Grupările New Age au caracteristicile sectelor religioase, întrucât se abat de la orice religie fundamentală, încercând să îmbine ceva din creştinism şi ceva din religiile orientale. De fapt, New Age promovează o nouă spiritualitate care "corectează" religia creştină.

Psihologia transpersonală nu este mişcarea New Age.

d) Transpersonalul nu este religie

Cu toate că psihologia transpersonală cerceteaza şi trăirile mistice ale subiecţilor, cele două domenii nu se suprapun.

De exemplu, PT se referă la Sinele transcendent (Ken Wilber), ceea ce religia creştina nu acceptă. De asemenea, PT promovează psihoterapia reîncarnării, ceea ce este respins de religia creştină.

Deşi explorează existenţa spirituală şi stările de extaz, de conştiinţă extinsă sau condensată, PT nu se ocupă de studierea Duhului Sfânt şi nici de revelaţiile mistice ale sfinţilor.

Aşadar, psihologia transpersonală NU este:

- extrapersonal;
- emisfera dreaptă a creierului;
- New Age;
- religie.

John Rowan (1992, p.13) spune că PT este unul din "avanposturile" psihologiei sau, mai clar, avangarda psihologiei actuale. PT nu este similară cu mistica, dar putem spune ca transpersonalul reprezintă "vadurile" de suprafaţă ale misticismului, care astfel devine accesibil pentru toţi.

2. Transpersonalul cotidian

a) Vocile interioare.

J. Rowan (1992, p.14) ne avertizează că mulţi dintre noi am avut experienţa auzirii unei voci (venite parcă din interior sau parcă de undeva din exterior) prevenindu-ne, provocând aluzii sau presimţiri, dându-ne o anumită informaţie. Noi ne referim la aşa-zisa "voce tăcută" a conştiinţei. Uneori ea ne poartă parcă precum o voce actuală, alteori ne poate părea ca un simţ vag al unei comunicări din interior.

Mahatma Gandhi a relatat deseori despre vocea sa interioară, atât în activitatea sa interioară, cât şi în cea politică (Chatterjee, 1984). Este cunoscută capacitatea Ioanei d'Arc (Fecioara din Orleans, 1412-1431, canonizată în 1920) de a auzi voci care o inspirau şi o îndrumau.

Cercetări contemporane, ca de exemplu cele realizate de Myrtle Heery (1989), au găsit că relatările despre experienţele cu voci interioare pot fi divizate în trei categori:

(1) Vocea interioară ca o parte fragmentată a Sinelui;
(2) Experienţe cu voci interioare caracterizate prin dialoguri care furnizează îndrumări pentru dezvoltarea individuală;
(3) Experienţe ale căror canale se deschid spre şi dincolo de un Sine superior.

Prima categorie nu este în mod necesar transpersonală, ci mai curând tinde spre evidenţierea unui mănunchi de personalităţi. Hal Stone şi Sidra Stone (1991) studiază "dialogul interior" care vizează explorarea diverselor subpersonalităţi (vezi, de ex. I.Mânzat, 1999,p. 387). C.G.Jung consideră că acestea fac parte din Umbra noastră.

A doua categorie este mai apropiată de transpersonal, mai ales în forma arhetipului numit Sine transpersonal.

A treia categorie are în vedere oamenii care au practicat cu regularitate o anumită formă de meditaţie (meditaţia este calea regală de cercetare a transpersonalului).

b) Intuiţia

Andre Lalande defineşte intuiţia ca "vedere directă şi imediată a unui obiect al gândirii; este orice cunoaştere dată dintr-o dată fără concept". A. Green şi E. Green (1986) folosesc pentru intuiţie metafora "blindsight" (vedere oarbă).

În studiul nostru "Intuiţia ca psihologie" (I. Mânzat, 1995,p.13-26) arătăm că termenul vine de la latinescul intueor, care înseamnă "a vedea", "a cunoaşte rapid şi imediat". Psihologia a remarcat efectul, dar nu a putut elucida procesul, sau l-a expediat repede şi superficial în domeniul abisal al inconştientului. Tot ceea ce se bănuieşte a ţine de incoştient are un mare avantaj: nu mai trebuie explicat şi justificat, pentru că incoştientul a rămas încă abscons şi abisal.

După opinia noastră, din moment ce intuiţia depăşeşte orice performanţă a conştiinţei, izvorul său trebuie căutat într-o zonă de de-asupra conştiinţei, în supranivelul transconştiinţei - o supraconştiinţă transpersonală.

Transpersonalista Frances E. Vaughan (1979) a identificat patru niveluri ale intuiţiei:

(1) nivelul fizic, la care intuiţia se manifestă prin senzaţii de tipul "simţului de alertă" în caz de pericol, dezvoltat la populaţiile cu habitat natural (de ex. aborigeni sau amerindieni);

(2) nivelul emoţional reprezintă sensibilitatea la vibraţiile de energie ale altor oameni, care se trăieşte ca simpatie sau antipatie (de ex. intuiţia feminină);

(3) nivelul mintal este aşa-zisa viziune internă sau clarviziune, trăită ca iluminare (de ex. la mistici);

(4) nivelul spiritual presupune o intuiţie total dependentă de senzaţii, sentimente şi gândire; în forma sa pură, intuiţia spirituală este o "experienţă a Sinelui" focalizată pe transpersonal; în formele mistice, intuiţia realizează "cunoaşterea" Fiinţei divine (ON). Intuiţia este un proces care se desfăşoară cu mare rapiditate şi fără posibilitatea analizei sale raţionale. Este o emergenţă spirituală care se realizează ca o sinergizare bruscă şi iluminatorie; este "iluminarea inimii" care se află în relaţie complementară cu "iluminarea minţii" (inteligenţa).

J. Rowan (1992, p.14-16) arată că există mai multe tipuri de intuiţie legate de conceptul de Self:

- Sinele copilului: acesta este un nivel al conştiinţei în care graniţa dintre fantezie şi realitate nu este clar delimitată (de ex. în jocurile copiilor);
- Sinele magic: la acest nivel folosim intuiţia pentru a nega izolarea şi tristeţea provocată de singurătatea noastră. Uneori, este folosită transa ca "participation mystique" (de ex. transa şamanică, cf. I. Mânzat, 1999)
- Sinele ca jocuri de rol: intuiţia este un altfel de a învăţa, un alt rol de jucat (de ex. intuiţia savanţilor)
- Sinele autonom: intuiţia Sinelui central, asociată adesea cu creativitatea.
- "The surrendered Self" (Sinele abandonat): la acest nivel intuiţia este văzută ca venind dintr-o sursă dincolo de Sine. Sursa poate fi conceptualizată ca inspiraţie, ca Muză, ca un arhetip sau ca o divinitate.
- Sinele intuitiv: în acest caz, subiectul este total asimilat cu Altcineva şi identificat cu acesta - prin meditaţie sau rugăciune; seamănă cu iluminarea şi transcenderea. Este un nivel autentic transpersonal.

c) Creativitatea înaltă

Seamănă cu intuiţia transpersonală, pentru că depăşeşte clar toate condiţionările şi toate convenţiile personale. Creativitatea poate fi concepută ca izvorând din supraconştiinţă (R. Assagioli) care favorizează experienţele spirituale

de invenţie şi descoperire.

d) Experienţele de vârf ("peak experiences")

Sunt trăirile extatice sau revelaţiile. "Peak experience" a lui A.Maslow, este un exemplu de experienţă fulgerătoare ("the glimpse experience"). Maslow arăta că putem înţelege acest gen de experienţe prin comparaţie: orgasmul complet, descărcarea totală, catharsis, culminaţie, climax, finalizare etc. Ele sunt experienţe relativ rare; au fost descrise de poeţi ca momente de extaz, de religioşi ca experienţe mistice. Pentru Maslow (1970) cele mai înalte "vârfuri" includ "sentimente nelimitate deschise spre viziune, sentimentul de mare extaz, de certitudine şi veneraţie, dincolo de orice graniţă de loc şi timp".

"Plateau experience" devine o atitudine stabilă care conduce la o nouă percepere a lumii şi a vieţii.

3. Rezumat

- Transpersonalul nu este: extrapersonal, emisfera dreaptă a creierului ("emisfera tăcerii"), New Age spirituality, religie.
- Transpersonalul cotidian: vocile interioare (Ioana d'Arc, Gandhi), intuiţia (nivelul spiritual - F.E. Vaughan; Sinele intuitiv - J. Rowan), creativitatea (din supraconştiinţă - R. Assagioli), experienţele de vârf ("peak experience", "plateau experience" - A. Maslow)

BIBLIOGRAFIE

Alyce Green şi Elmer Green - Biofeedback and States of Consciouness, în: B. Wolman şi M Ullman, Handbook of States Consciouness, New York, Van Nostrand Reisholdlo, 1986;
Ken Wilber - The Atman Project, Wheaton, Quest, 1980;
Stanislav Grof şi Christine Grof (Eds.) - Spiritual Emergency. Los Angeles, Tarcher, 1989;
John Rowan - The Transpersonal, London & New York, Routhledge, 1992;
M.A. Descamps, M.Cazenave and M.A.Filiozat - Les psychoterapies transpersonelles, Lavaur, Ed. Trismegiste, 1990;
Ion. Mânzat şi Mariana Tănase - "Psihologia tăcerii", (in curs de apariţie, 2002);
Robert Ornstein - The Psychology of Consciousness, San Francisco, Freeman, 1973;
Roger W. Sperry - Some Effects of Disconnecting the Cerebral Hemispheres, "Science", 217, 1982;
Marylene Ferguson - The Aquarian Conspiracy, New York, 1985;
M. Chatterjee - Gandhi's Religious Thought, Notre Dame, Notre Dame University Press;
Hal Stone şi Sidra Stone - Le dialogue interieur, Paris, Le Sawffle d'or, 1991 ;
Ion Mânzat - "Intuiţia ca psihosinergie", în vol: S. Chelcea şi L.Mitrănescu (coord.), Conexiuni, Bucureşti, Editura INI, 1995;
Frances E. Vaughan - Awaking Intuition, New York, Anchor Books, 1979;
Ion Mânzat - "Psihologia transei şamantice", Bucureşti, Editura Aldomar, 1999;
Abraham Maslow - Religions, Values and Peak Experiences, New York, Viking, 1970.

PARTEA A II A

PSIHOLOGIA TRANSPERSONALĂ A ADÂNCURILOR – PARADIGMA GROFIANĂ ŞI PARADIGMA LILLIANĂ – SINELE TOTAL ŞI SINELE ADÂNC

IV. TĂRÂMURILE INCONŞTIENTULUI ÎN CERCETĂRILE LUI STANISLAV GROF

1. *Psihologia transpersonală a adâncurilor (S.Grof) şi PT a înălţimilor (K. Wilber) ; date biografice despre S.Grof ;*
2. *Experienţe psihodinamice şi sistemele COEX ;*
3. *Extensia şi condensarea conştiinţei prin stări psihedelice provocate de LSD (acidul lysergic) ;*
4. *Transformările proceselor fiziologice şi a celor psihice ;*
5. *Rezumat ;*
6. *Bibliografie.*

I. Psihologia transpersonală a adâncurilor (S.Grof) şi PT a înălţimilor (K.Wilber)

În decursul istoriei scurte (începe în anii '60 ai secolului XX) a psihologiei transpersonale s-au conturat două direcţii de sens contrar:

a) PT abisală sau a adâncurilor, care continuă perspectiva arhietipală a lui C. G. Jung, promovată de către psihiatrul ceh Stanislav Grof şi şcoala lui (paradigma grofiană).
b) PT a înălţimilor, a Sinelui transcendent, îmbrăţişată şi dezvoltată de americanul Ken Wilber (paradigma wilberiană).

Abordările transpersonale abisale sunt, prin însăşi natura lor, asemănătoare unei spirale regresive, sau a unei scări care coboară, aşa cum înălţimile sugerează ideea de scară care urcă progresiv şi aditiv.

Dacă Wilber descrie procesul evolutiv - cronologic al dezvoltării spirituale, S.Grof insistă pe căutarea spiritului în abisal cu psihoterapiile sale regresive. K.Wilber, care reprezintă "noul val" şi ultimul cuvânt al PT, susţine că pretenţia psihologiei abisale (S.Freud, C.G.Jung, S.Grof), precum că spiritul s-ar ascunde în adâncurile inconştientului, ar trebui să fie reconsiderată de către psihologia transpersonală.

Psihologia abisală pare să caute Soarele pe fundul mării doar pentru că acesta se vede reflectat pe suprafaţa apei, iar psihologia înălţimilor se uită la Soarele real de pe Cer.

Observaţie: În continuarea cursului PSIHOLOGIE TRANSPERSONALĂ un număr de 7 lecţii vor trata teme de psihologie transpersonală abisală din cercetările lui S.Grof şi John Lilly, iar un număr de alte 4-5 lecţii vor urma direcţia PT a înălţimilor dezvoltată de K.Wilber

Date biografice despre Stanislav Grof

Vedeta scenei transpersonale, liderul de necontestat al acestei mişcări este cehul Stanislav Grof (n.1931 la Praga), care oferă nu numai un model complet al transformărilor conştiinţei, ci şi un nou tip de psihopterapie regresivă şi o metodă practică de creştere transpersonală, numită, "respiraţie holotropică".

După cum ne informează Laurenţiu Mitrofan (1997, p.340), S. Grof a debutat ca cercetător al "stărilor" de conştiinţă modificată în 1956, în cadrul Serviciului de psihiatrie al Şcolii de Medicină a Universităţii Charles din Praga, sub îndrumarea doctorului Roubicek care experimenta efectele LSD-ului în tratamentul tulburărilor psihice.

S. Grof a fost fascinat de spectacolul modificărilor fiziologice şi psihice care apar sub administrarea drogurilor psihedelice şi a decis să-şi consacre întreaga viaţa acestor studii. Va emigra şi îşi va continua cercetările în laboratoare şi clinici din S.U.A., întâi ca psihanalist şi apoi ca terapeut transpersonalist. El

întreprinde experimente ştiinţifice laborioase şi extensive în cadrul Fundaţiei pentru cercetări psihiatrice din New Haven, Connecticut şi al Centrului de cercetări psihiatrice din Maryland, unde intră în contact cu personalităţi ale psihologiei umaniste ca A. Maslow, Allan Watts, Anthony Sutich, s.a.

În evoluţia sa profesională sunt de reţinut perioadele în care este profesor la Universitatea John Hopkins, şeful cercetării psihiatrice al Centrului de cercetări din Baltimore şi rezident la celebrul institut Esalen, Big Sur, California.

S. Grof fondează în 1978 International Transpersonal Association (ITA), fiind primul preşedinte al acestei asociaţii. Fiind un psihiatru cu 40 de ani de experienţă în cercetare şi psihoterapie, S. Grof a publicat peste 100 de studii şi o serie de cărţi cunoscute în toată lumea, cum ar fi: "Tărâmurile inconştientului uman" (Realms of the Human Unconscious,1976), "Psihoterapia LSD" (1980), "Dincolo de Moarte: porţile conştiinţei" (în colaborare cu Christine Grof, 1980), "Dincolo de creier: naştere, moarte şi transcendere în psihoterapie" (1985), "Aventura descoperirii Sinelui" (1987); "Emergenţa Spirituală" (cu Christine Grof, 1989); "Mintea holotropică: trei niveluri ale conştiinţei" (1992), "Cărţile morţilor, manuale pentru a trăi şi a muri".

2. Experienţele psihodinamice şi sistemele COEX

Experienţele psihodinamice îşi au ca spaţiu de desfăşurare diferitele zone abisale ale inconştientului personal sau ale celui colectiv (transpersonal). Ele sunt legate de amintirea unor evenimente deosebite (experienţe cruciale), conflicte nerezolvate sau teme ocultе din trecut. Trăirile subiecţilor se pot manifesta sub forma unor concretizări picturale de fantasme, a unor dramatizări a viselor intime sau a unor relaţii ambigue între fantasme şi realitate.

Fenomenologia experienţelor psihodinamice este în mare măsură conectată cu conceptele de bază ale psihanalizei clasice freudiene şi ale psihologiei analitice jungiene. Şedinţele psihodinamice îi permit subiectului să trăiască transformări psihice care condensează fenomenele inconştiente. Pe această bază experimentală S. Grof introduce un concept operaţional nou în înţelegerea funcţionării şi devenirea transpersonală - sistemul COEX, un sistem de experienţe condensate. Sistemul COEX este o constelaţie specifică de amintiri formate din experienţa condensată din diferite perioade ale vieţii individului. Cele mai importante sisteme COEX sunt acelea care rezumă şi condensează conflictele, confruntările cu situaţiile care au periclitat viata, sănătatea sau integritatea fizică şi psihică (L. Mitrofan, 2000, p. 285). Sistemele COEX cuprind straturi ale inconştientului, straturi profunde care coboară regresiv până în copilărie şi straturi superficiale care conţin evenimente recente.

În timpul şedinţei terapeutici, regresia psihică -sub doze infime de LSD şi sub controlul terapeutului- poate reactiva informaţii provenite din etapele anterioare ale vieţii şi chiar din stadiul intrauterin (alchimiştii se refereau la experienţe "regresum in utero" -vezi: I. Mânzat şi M.P. Craiovan, 1996, p. 342-346), incluse în sistemul COEX, care constituie un fel de "bancă informaţională a inconştientului", organizată în

scheme-depozit polarizate de aceleaşi tipuri de trăiri şi experienţe transpersonale. Reactivarea şi pătrunderea în profunzimile sistemului COEX îi oferă subiectului experienţa conştientizării şi reintegrării unor trăiri şi evenimente traumatizante sau beatifice legate de întreaga perioada a concepţiei, a dezvoltării intrauterine şi travaliului din timpul naşterii (Otto Rank, 1924).

În urma rezultatelor adunate Grof a putut elabora o "cartografie" a inconştientului, o hartă a fenomenelor psihice inconştiente încadrate în trei câmpuri:

a) câmpul experienţei psihodinamice, asociat cu evenimente din prezentul şi trecutul persoanei;
b) câmpul experienţei perinatale, care este în legătura cu fenomene biologice ale partului;
c) câmpul experienţei transpersonale, care depăşeşte limitele individuale.

Câmpul transpersonal se referă, în esenţă, la transcendere şi cosmizare, dar cu o ancorare continuă în abisalitate. Cartografia lui Grof este confirmată de psihologia analitică a lui C.G. Jung, de psihosinteza lui R. Assagioli, de experienţele paroxiste ale lui A. Maslow, ca şi de şcolile religioase şi mistice ale diverselor culturi.

3. Extensia şi condensarea conştiinţei prin stări psihedelice provocate de LSD

În "psihologia transei şamanice" (I. Mânzat, 1999, p.179-195) în capitolul XVI, intitulat Transa şamanică şi psihologia transpersonală, arătam că şamanii din unele zone geografice folosesc substanţe halucinogene (din plante, mai ales ciuperci) pentru provocarea transei. În anul 1943, chimistul elveţian Albert Hoffmann a obţinut prin sinteză diethylamida acidului lisergic, pe care l-a botezat LSD 25. El a extras acidul lisergic din "Claviceps purpurea", un parazit al secarei (A. Hoffmann, 1979).

Experimentarea ştiinţifică a efectelor LSD-ului are implicaţii importante în cele mai diverse domenii ale psihologiei: psihologia persoanei, psihologia imaginaţiei, psihopatologie, psihologia creaţiei artistice, psihologia religiei. Unele experimente -realizate de S.Grof, J. Lilly etc. -au îmbrăcat forma profundelor experienţe religioase şi mistice, asemănătoare celor descrise în textele sacre ale marilor religii ale lumii care ne-au fost transmise de-a lungul secolelor. Posibilitatea declanşării unor astfel de experienţe prin intermediul unui produs chimic a provocat o dezbatere animată şi interesantă, referitor la "misticismul instantaneu" sau "chimic" şi discuţii fără sfârşit privind valoarea şi "onestitatea" acestor fenomene. Există diferite opinii şi diverse puncte de vedere atât pro cât şi contra.

După unii teologi, LSD şi alte substanţe psihedelice au fost de natură sacră, şedinţele experimentale relevând caracterul lor sacru, din moment ce ele puneau subiectul în contact cu realităţile transcendente. Opinia opusă refuză recunoaşterea caracterului sacru al fenomenelor religioase în experienţele LSD: efectele observate nu pot fi comparate cu cele referitoare la "graţia divină", asceza mistică, abnegaţia religioasă. Facilitatea aparentă cu care aceste experienţe

au fost produse provoacă unele îndoieli referitoare la valoarea lor ştiinţifică.

Într-adevăr fenomenele psihedelice provocate de LSD depăşesc graniţele ştiinţei şi ale psihologiei ştiinţifice (vezi: K. Wilber, No Boundary, 1985). Cercetările transpersonale sunt de avangardă şi de caracter pronunţat neconvenţional; ele depăşesc ştiinţa fără să o respingă. LSD permite abordarea şi provocarea psihozei experimentale. Prin LSD se face terapie psihologică (Ronald A. Sandison, din şcoala lui C.G. Jung) : rădăcina lusis desemnează o disoluţie şi o eliberare a tensiunilor psihice. Ulterior Humphrey Osmond va experimenta terapia psihedelică ce ţinteşte spiritul manifest revelator.

Timp de 17 ani (1957-1974) S.Grof a realizat experimente spectaculoase şi adesea şocante folosind LSD şi alte substanţe psihedelice. În această perioadă el a condus circa 3.000 de şedinţe psihedelice şi a studiat însemnările din aceste şedinţe a circa 2.000 de colegi (psihiatri şi psihologi) din Europa şi SUA. Mai târziu, din cauza legislaţiei restrictive din SUA, cu privire la LSD, Grof a fost nevoie să renunţe la terapia psihedelică şi a îmbrăţişat metode terapeutice care generează stări asemănătoare, fără substanţe chimice. Aceleaşi efecte au fost provocate şi prin exerciţii de meditaţie transcendentală (tip Zen), autohipnoză regresivă etc. Grof nu ne oferă detalii precise în legătură cu utilizarea în practica terapeutică a acestor metode, păstrând un oarecare secret în jurul metodologiei transpersonale. Mai cunoscută este actualmente tehnica respiraţiei holotropice, realizată de discipolii lui.

Experienţele transpersonale, constatate şi verificate experimental de S.Grof şi elevii săi, se referă la:

a) extensia (expansiunea) temporală a conştiinţei: experienţe embrionare şi foetale, experienţe ancestrale, experienţe colective şi rasiale, experienţe filogenetice, încarnări trecute, precognitie, "clairvoyance" şi "clair - audience", călătorii în timp;

b) extensia spaţială a conştiinţei: transcenderea Ego-ului în relaţii interpersonale şi experienţa unităţii duale, conştiinţa materiei organice, conştiinţa planetară şi extraplanetară, experienţe în afara corpului, premoniţii, telepatie, etc.;

c) contracţia spaţială a conştiinţei: conştiinţa organică, tisulară şi celulară, experienţe mediumnice, întâlniri cu spirite omeneşti şi supraomeneşti, experienţe arhetipale, înţelegerea intuitivă a simbolurilor arhetipale, etc.;

d) conştiinţa spiritului universal;

e) vidul supracosmic şi metacosmic.

4. Transformările proceselor, fiziologice şi a celor psihice

Stanislav Grof (1976, 1980) demonstrează că LSD este un amplificator nespecific de procese mintale şi neurofiziologice care favorizează emergenţa diverselor manifestări şi stări care izvorăsc din profunzimile inconştientului. Hazardul a făcut ca A. Hoffmann (1979) să se intoxice cu o cantitate mică de LSD, constatând modificări profunde şi abateri de la funcţionarea normală a mentalului său: "călătoria" pe parcursul mai multor ore într-un univers fantastic,

călătorie presărată cu o gamă largă de emoţii şi trăiri intense, fiind înconjurat permanent de forme mişcătoare pe fundalul unor culori vii şi strălucitoare. Impresionat de aceste trăiri i le relatează lui Dr. Stall, psihiatru la clinica din Zürich. Acesta manifestă un vădit interes şi decide să conducă o serie de studii ştiinţifice pe subiecţi normali şi pe pacienţi cu tulburări psihice.

Fenomenele psihedelice provocate de LSD sunt extrem de diversificate şi produc transformări nespecifice şi stranii aproape în toate categoriile de procese psihice şi neurofiziologice.

(1). În plan neurofiziologic (simptomele somatice). LSD stimulează sistemul nervos vegetativ (simpatic sau parasimpatic). Efectele simpaticului pot fi: accelerarea pulsului, creşterea tensiunii arteriale, dilatarea pupilelor, tulburări de vedere şi de concentrare, transpiraţie puternică, răcirea extremităţilor, etc. Unele efecte parasimpatice: încetinirea pulsului, diminuarea presiunii arteriale, salivare excesivă, secreţii lacrimale, vomă, etc.

(2). Transformările perceptive sunt cele mai frecvente. Sunt afectate mai ales percepţiile vizuale. Subiectul descrie lumini intermitente, figuri geometrice stranii şi variaţii iluzorii ale mediului, viziuni sau clarviziuni de o mare complexitate. Se constată hipersensibilitate la sunete, dificultate de a discrimina stimulii auditivi, apar iluzii şi halucinaţii acustice. Apar, de asemenea, iluzii olfactive şi gustative, cu caracter pseudohalucinatoriu, mai ales în timpul fazei de regresie de vârstă. Creşte sau scade sensibilitatea tactilă; se deformează percepţia imaginii corporale.

(3). Alterări ale percepţiei timpului şi spaţiului. În cazuri extreme, câteva minute durează secole sau invers. Natura secvenţială a evenimentelor dispare: trecut - prezent - viitor se confundă. Noţiunea de spaţiu cunoaşte aceeaşi deformare: distanţele sunt supra - sau subestimabile; volumul obiectelor nu mai are legătură cu masa lor reală. Unii subiecţi îşi pierd simţul preciziei în evaluarea timpului sau au iluzia rarefierii sau condensării aerului.

Modificarea percepţiei timpului nu este atât cantitativă, cât dimensională: "timpul îşi opreşte zborul, iar natura secvenţională a evenimentelor dispare; trecutul, prezentul şi viitorul se întrepătrund, pierzându-şi graniţele", comentează S.Grof (1980). Regresia temporală (regresie de vârstă şi, mai înapoi, în vieţi anterioare) este o categorie specială a modificărilor temporale.

În raport cu existenţa continuum-ului spaţiu-timp perceput în mod obişnuit de oamenii normali, cei supuşi efectului LSD îşi creează propriul spaţiu, microcosmosuri personale, paralele şi independente şi experimentează conştiinţa eternităţii şi a infinitului. În acelaşi context merită să fie cunoscute experimentele naturale relatate de Dr. Carlos Castaneda, cu privire la efectele peyotei (ciupercă cu proprietăţi halucinogene), folosită de către indienii Yaqui pe calea cunoaşterii iniţiatice a "celeilalte realităţi". Întregul periplu experienţial iniţiat al cunoscutului antropolog, acceptat ca ucenic de Juan Matus - un "brujo" (vrăjitor sau şaman din Mexic) care îi devine maestru - este secvenţial prezentat în celebrele sale cărţi, dintre care unele publicate şi în limba română (de ex. "Al doilea cerc de putere", Editura RAO, 1997; "Focul lăuntric", Editura RAO, 1999).

(4). Modificări afective. Apare euforia, care se manifestă ca o exaltare vie, însoţită de hohote de râs intempestiv, o bucurie exuberantă alternând cu sentimente de pace interioară şi seninătate, o relaxare profundă, un extaz orgiastic,

senzaţie de voluptate sexuală. Subiecţii depresivi simt o mare tristeţe, melancolie adâncă, dezesperare împinsă uneori până la tentative de sinucidere.

(5). Transformări ale gândirii, inteligenţei sau memoriei. Procese de gândire (operaţiile, înţelegerea, conceptualizarea, rezolvarea de probleme) pot fi accelerate sau încetinite. Deşi gândirea logică şi abstractă este, în general, posibilă, prevalează gânduri imagistice alogice şi asociaţii de idei de natură onirică. Există şi cazuri de inspiraţii şi intuiţii subite. Referitor la memorie şi inteligenţa, testele psihologice relevă o uşoară scădere a performanţelor normale.

(6). Modificări psihometrice: unii subiecţi râd fără un motiv, alţii au o tendinţă difuză spre agresiune, se comportă foarte teatral sau cedează diverselor impulsuri.

(7). Apar "stări" de conştiinţă modificată. Nu se constată decât sporadic simptome care trădează somnolenţa, stupoarea sau coma. Conştiinţa suferă o transformare esenţială de natură onirică, graniţele dintre Cs. şi Ics. dispărând (asemănare izbitoare cu visul şamanic, cf. I.Mânzat, 1999). Conştiinţa poate transcende limitele obişnuite ale Ego-ului şi poate îngloba fenomene proprii subconştientului profund, inaccesibile în circumstanţe normale. S.Grof se referă la expansiunea şi la contracţia conştiinţei. În unele cazuri subiectul poate să urce până la "conştiinţa spiritului universal" (există o conştiinţă cosmică şi un inconştient cosmic, D.T. Suzuki).

(8). Sexualitatea este influenţată în diferite moduri. Ea este deseori ori foarte inhibată, ori exacerbată (şedinţe psihedelice lungi sunt dominate de emoţii, sentimente şi fantasme sexuale). Uneori experienţele sexuale ajung până la manifestări sadice sau tendinţe spre pervesiuni.

(9). Trăirile artistice. Experienţa artei reprezintă un aspect important al şedinţei LSD. Percepţia unică a culorilor şi formelor, precum şi impactul submergent al muzicii, favorizează o nouă modalitate de trăire şi de creaţie artistică. Unii subiecţi conservă pentru totdeauna această "aptitudine provocată". Potenţialul creativ este dinamizat în timpul şi puţin după şedinţa LSD. Unii psihiatri presupun ca unii artişti plastici modernişti au creat sub influenţa drogurilor: Salvador Dali, Ion Ţuculescu, Vassily Kandinsky, Paul Klee, Arnold Schoenberg, Max Beckmann, Francis Picabia, etc.

(10). Experienţele religioase şi mistice reprezintă categoria cea mai spectaculoasă şi stupefiantă. Incidenţa lor pare direct legată de numărul şedinţelor la care subiectul a participat deja şi de doza administrată. În timpul şedinţelor LSD, subiecţii trăiesc experienţe ale morţii şi renaşterii şi ajung la sentimente de uniune cosmică; ei evoluează în lumi în care domină apariţii divine sau demonice. Deseori relatările lor corespund, în mod normal surprinzător, cu descrierile din cărţile sfinte ale marilor religii sau din textele mistice ale civilizaţiilor arhaice (dinainte de Hristos).

5. Rezumat

A. Există două mari direcţii: PT a adâncurilor (S.Grof, J. Lilly) şi PT a înălţimilor (K.Wilber). Psihologia transpersonală abisală caută Soarele pe fundul mării doar pentru că acesta se vede reflectat pe suprafaţă apei, iar psihologia înălţimilor se uită la Soarele real de pe Cer.

Stanislav Grof (n. 1931, Praga) debutează ca cercetător al stărilor de Cs. modificată în 1956 la Universitatea Charles din Praga. El parcurge drumul de la psihanaliză la psihologie transpersonală: rămâne un adept al psihologiei jungiene. Predă la John Hopkins University din S.U.A.; în 1978 devine primul preşedinte al Asociaţiei Internationale Transpersonale. Grof este intermediarul de drept al psihologiei transpersonale.

B. Experienţele psihodinamice, realizate de S. Grof şi adepţii săi, îi permit subiectului să trăiască transformări psihice care condensează fenomenele inconştiente. Grof introduce conceptul COEX - sistem de experienţe condensate care cuprinde straturi profunde ale Ics.

Elaborează o cartografie a Ics, care cuprinde 3 câmpuri:

a) câmpul experienţei psihodinamice;
b) câmpul experienţei perinatale;
c) câmpul experienţei transpersonale.

C. Metodologia PT - LSD 25 este sintetizat de Albert Hoffmann în 1943. LSD ajută în psihoterapia transpersonală şi provoacă psihoza experimentală. Din cauza legislaţiei americane care interzice folosirea LSD, Grof recurge la alte metode: meditaţie, autohipnoză, zen, etc.

Experienţele transpersonale Grof se referă la:

1) extensia temporală a Cs;
2) extensia spaţială a Cs;
3) contracţia spaţială a Cs;
4) Cs spiritului universal;
5) Vidul supracosmic şi metacosmic.

D. Transformările fiziologice şi psihice (ca efect al LSD-ul): simptomele somatice, transformările perceptive, alterări ale percepţiei timpului şi spaţiului; modificări afective, transformări ale gândirii, inteligenţei şi memoriei, modificări psihometrice, stările de Cs. modificată, sexualitatea, experienţa artei, experienţele religioase şi mistice.

BIBLIOGRAFIE

Laurenţiu Mitrofan - "De la dezvoltarea personală la dezvoltarea transpersonală", cap. 12 în: Iolanda Mitrofan (coord.) - Psihoterapia experienţială, Bucureşti, Editura Infomedica, 1997;
Stanislav Grof - Realms of the Human Unconscious, New York, Viking, 1975; LSD Psychotherapy, New York, 1980;
Laurenţiu Mitrofan - "Problematica Sinelui în psihologia transpersonală". Cap IV în: I. Mânzat (coord.) Psihologia Sinelui. Un pelerinaj spre centrul Fiinţei, Bucureşti, Editura Eminescu, 2000;
I. Mânzat şi M.P. Craiovan - "Psihologia simbolului arhetipal", Bucuresti, Editura INI, 1996, p.342-346;
Otto Rank - Le traumatisme de la naissance, Paris, Payot, 1928;
I. Mânzat - "Psihologia transei şamantice", Bucureşti, Editura Aldomar, 1999;
Albert Hoffmann - LSD - Mein Sorgenkind, Stutgardt, 1979;
Ken Wilber - No Boundary. Eastern and Western Approaches to Personal Growth, Boston&London, Shambhala, 1985;
Carlos Castaneda - "Al doilea cerc de putere", Bucureşti, Editura RAO, 1997; "Focul lăuntric", Bucureşti, Editura RAO, 1999;
I. Mânzat - "Psihologia transpersonală" (cap. XII, par.4) în: I. Mânzat. Istoria universală a psihologiei (1860 - 1994), Bucureşti, Universitatea "Titu Maiorescu", 1994.

V-VI-VII MATRICILE LUI S.GROF

1. Experienţe abstracte sau estetice
2. Experienţe psihodinamice (vezi IV, 2)
3. Experienţe perinatale :
traumatismul naşterii (Otto R. Rank, 1924) ;
similitudinea dintre naştere şi moarte ;
4. Cele patru matrici perinatale şi semnificaţia lor (naştere biologică si renaştere spirituală) : matricea I (uniunea primară cu mama), matricea a II-a (antagonismul cu mama), matricea a III-a (sinergia cu mama), matricea a IV-a (separarea de mamă).
5. Experienţa unităţii cosmice
6. Rezumat
7. Bibliografie

1. Experienţe abstracte sau estetice

Reţineţi că în modelul lui S. Grof, referitor la "tărâmurile inconştientului uman" (1975), sunt definite trei nivele (straturi): unul personal care conţine material biografic; unul perinatal, mai adânc, cu memoria procesului naşterii şi cel mai adânc, nivelul transpersonal, mai mult sau mai puţin asemănător cu Ics colectiv al lui C.G.Jung.

Stratul personal ar fi domeniul lui Sigmund Freud, stratul perinatal ar fi domeniul lui Otto Rank şi Wilhelm Reich iar stratul transpersonal i-ar aparţine lui Jung. Stanislav Grof reuneşte cele trei straturi într-o concepţie unitară şi originală. El se vede pe el însuşi ca pe un psiholog al abisalului care păşeşte pe un model în spirală, ce poate fi şi o hartă a dezvoltării spiritule.

S. Grof delimitează 4 tipuri principale de experienţe LSD, cu zone corespunzătoare în straturile inconştientului (cf. cartografiei Ics):

1. Experienţe abstracte sau estetice;
2. Experienţe psihodinamice;
3. Experienţe perinatale;
4. Experienţe transpersonale.

Experienţe abstracte sau estetice

Mediul suferă transformări care seamănă izbitor cu tablouri celebre ale pictorilor cubişti: Pablo Picasso, Georges Braque, Férnand Léger, Marcel Duchamp, Wassily Kandinsky. Imaginaţia se dezvoltă împotriva controlului gândirii: suprafeţe inconsistente, textura obiectelor şi petele/umbrele de pe sol sau de pe pereţi reprezintă animale fantastice, feţe groteşti sau scene exotice. Elementul optic al experienţelor estetice este atât de impresionant, încât anumiţi subiecţi îl asimilează cu o "orgie vizuală" de forme şi culori.

Muzica în timpul şedinţelor LSD se ascultă cu tot corpul: sunetele rezonează cu anumite părţi ale corpului, generând emoţii şi trăiri extatice.

Viziunile geometrice şi decorative sau iluziile acustice au puternice efecte în sfera activităţii. Imaginile sunt caldé, ademenitoare, alteori sunt dezgustătoare, agresive, senzuale sau lascive şi obscene.

Iată o iluzie optică interesantă, produsă cu ocazia unei şedinţe de simbolism sexual, aşa cum este relatată de S. Grof (1975):

Subiectul îşi observă palma mâinii drepte într-un grup de femei goale (trădează tendinţa spre masturbare). Iată relatările subiectului: "evoluam literalmente într-un univers abstract. Forme geometrice şi culori exuberante se învârteau mai strălucitoare şi mai radioase decât tot ceea ce văzusem eu până atunci. Eram fascinat, hipnotizat de acest spectacol caleidoscopic de necrezut... La un moment dat, structurile geometrice s-au stabilizat; ele s-au organizat şi s-au

transformat în forme ornamentate excesiv într-un cadru de oglindă. Decorul baroc reprezenta un lanț de ornamente împletite, de ramificații (ramuri) și frunze sculptate într-o pădure fantastică. Oglinda s-a divizat în 5-6 "tablouri" separate de ramificații. Spre suprinderea mea, după ce am privit aceste tablouri ele s-au animat. Personajele erau foarte stilizate și se mișcau ca niște marionete. Atmosfera care se degaja era amuzantă, comică, dar era marcată de un fel de secret și un fel de ipocrizie. Am înțeles brusc că asistam la o satiră simbolică din copilăria mea, petrecută într-un mic sat la țară..."

2. Experințe psihodinamice (vezi IV.2)

3. Experiențe perinatale

- Se referă la fenomenele nașterii biologice, ale suferinței și angoasei de la naștere, ale îmbătrânirii, ale bolii și ale morții.

Otto Rosenfeld Rank (austriac, neofreudist, 1884-1939), în "Traumatismul nașterii" (1924), a arătat că nașterea aduce cu sine un profund traumatism care va influența, pe tot parcursul vieții, dezvoltarea biologică și psihică a individului. Multe din complexele sau temerile persoanei își au originea în traumatismul nașterii.

Experiențele perinatale relevă similitudinea dintre naștere și moarte și provoacă revelația siderantă că debutul vieții seamănă cu sfârșitul. Acesta este principalul element filozofic al acestor experințe. Această întâlnire șocantă dezvăluie noi regiuni de experiență spirituală și religioasă care fac parte din fondul persoanei.

Grof (1975) arată că întâlnirea cu moartea la nivel perinatal ia forma unei experințe profunde "de la sursă" asupra angoasei terminale. Esența acestei experiențe este sentimentul real al crizei biologice finale pe care subiectul o asimilează adesea cu moartea veritabilă.

Experiențele perinatale sunt o încrucișare între psihologia persoanei și psihologia transpersonală, între psihologie și psihopatologie, pe de o parte și religie, pe de altă parte. Ele au o natură transpersonală, fiind însoțite de identificări cu alte persoane sau cu umanitatea care luptă și suferă; uneori apar și arhetipuri jungiene.

4. Matricile perinatale fundamentale (MPF I-IV)

- Sunt sisteme directoare dinamice, care funcționează în baza unor principii de organizare a Ics, având două componente: una biologică și una spirituală.

Aspectul biologic este format din elemente și realități legate de fazele individuale ale nașterii biologice. Fiecare are un comportament spiritual specific:

a) Existența intrauterină corespunde cu experiența unității cosmice; premisele nașterii corespund sentimentului de fuziune cosmică; în prima fază (fătul simte prima contracție uterină) corespunde experienței infernului, numită și "fără scăpare";
b) Al doilea stadiu al nașterii (înaintarea fătului) corespunde conflictului moarte vs. renaștere;
c) Echivalentul metafizic al ultimei faze este experiența morții ego-ului și renașterea spirituală.

MATRICEA I : UNIUNEA PRIMARĂ CU MAMA
(experiența intrauterină înainte de debutul travaliului)

Unii subiecți descriu amintiri complexe ale vieții embrionare originare: ei au sentimentul că sunt foarte mici, că ar avea un cap disproporționat în raport cu trupul, că plutesc într-un mediu lichid și cald, ei simt contactul cordonului ombilical. Aceste experințe sunt asociate cu o stare de conștiință trăită ca fericire oceanică. Se va pierde Ego-ul, dar cunoașterea se întinde până la înțelegerea întregului univers; subiectul are certitudinea dimensiunii sale cosmice, deseori până în punctul de identificare cu Dumnezeu. Formele obiectelor sunt goale, iar vidul este plin.

S. Grof se referă la trăirile extatice eliberate de orice tensiune: extaz "oceanic", deosebit de extazul „vulcanic" (MPF III). Sentimentele de uniune cosmică par a fi legate de experiențele transcendentale ale lui Abraham Maslow (1908 - 1970). S. Grof l-a întâlnit pe Maslow în S.U.A și a avut cu el schimb de opinii.

Viziunile asupra zeităților și a arhetipurilor jungiene sunt alte tipuri de experiențe. S. Grof (1975) ilustrează natura acestor experiențe prin extragerea unui raport consemnat de el însuși:

"În timpul ședinței el oscila între experiențele pozitive și negative ale vieții intrauterine. Avea sentimentul că ar fi câștigat o mai bună capacitate de percepție intuitivă a demonilor din diverse culturi: India, Tibet, Peru etc. A perceput brusc o relație frapantă între spiritul lui Buddha, așezat în poziție de lotus și adâncit într-o meditație profundă și aceea a unui embrion trăind o beatifică experiență intrauterină.

Demonii sângeroși, agresivi și feroci reprezintă perioadele nașterii biologice și traduc influențele nocive ale vieții intrauterine. Pe un alt plan, el trăia simultan episoade care păreau a fi amintirile unei reîncarnări trecute. Dinamismul unei Karma îi hotărăște viața actuală. Experiențele de viață intrauterină "negativă" și "alăptarea precoce" reprezentau legatura Karmei cu lumea fenomenală regizată de legi naturale."

Mai departe S. Grof relatează experiența LSD a unui psihiatru:

"Viziunea mea se caracterizează printr-o masă incredibilă de lumină și energie care se răspândea sub forma unei vibrații subtile. Eram un foetus care cunoaște perfecțiunea ultimă și fericirea unei experiențe intrauterine pozitive. Eu eram întregul univers: asistam la spectacolul macrocosmic cu un număr incalculabil de galaxii vibrante. Aceste perspective cosmice radioase și stupefiante se amestecau cu experiențe din microcosmos, tot așa de prodigioase: dansul atomilor și moleculelor, originile vieții, universul biochimic al celulelor. Pentru

prima dată în viaţa mea am înţeles lumea aşa cum este într-adevăr, un mister insondabil, un joc divin de energie. Totul în acest univers părea a fi conştient. După ce am acceptat existenţa unei conştiinţe foetale am făcut o descoperire şi mai uluitoare : conştiinţa impregnează orice formă de existenţă...Necesitatea de a găsi starea de satisfacţie totală, cunoscută altădată în pântecele matern, părea a fi motivaţia ultimă a Fiinţei umane. Am reţinut în fine soluţia la dilema fundamentală a umanităţii : nici o împlinire, nici un succes în lumea materială nu ar putea niciodată satisface această trebuinţă insaţiabilă. Singura noastră şansă este de a găndi acest loc fericit şi de a-l găsi în spiritul nostru, în propriul nostru incoştient. Înţeleg foarte clar mesajul maeştrilor spirituali : singura revoluţie apţă de reuşită este transformarea interioară a întregii Fiinţe umane."

MATRICEA A II -A : ANTAGONISMUL CU MAMA
(contracţiile într-un sistem uterin inchis)

Activarea acestei matrici se exprimă deseori într-o experienţă spirituală caracteristică, "fără scăpare" sau "infern". Subiectul are impresia că este închis într-o cuşcă/închisoare, prins în capcana unui univers carceral. Existenţa nu are sens, este monstruoasă şi absurdă.

Suntem azvârliţi în această lume ostilă fără a avea putinţa de a alege sau de a decide dacă vrem sau nu să ne naştem, de ce şi când. Singura noastră certitudine este că viaţa are o durată limitată şi că într-o zi ea se va sfârşi (Karen Horney - 1950 s-a referit la anxietatea fundamentală - sentimentul de fiinţă izolată şi neajutorată faţă de o lume potenţial ostilă.)

Noi suferim la naştere şi suferim când murim ; angoasa naşterii este similară cu angoasa morţii ... Am venit pe lume dezorientaţi, goi şi fără bunuri personale, părăsim lumea în acelaşi fel ...

Pentru indivizii cultivaţi care participă la acest gen de experienţe rezultă o nouă înţelegere şi apreciere a filozofilor existenţialişti : Søren Kierkegaard, Martin Heidegger, Albert Kamus, Jean Paul Sartre. Sentimente angoasante de separare, de alienare, de culpabilitate (păcatul originar săvârşit de Adam şi Eva) sunt componente clasice ale MPF II. Se fac referiri la personaje mitologice : Tantal, Prometeu, Sisif.

Temele biblice care apar frecvent în acest stadiu sunt :

- expulzarea lui Adam şi Eva din Paradis ;
- Iisus Hristos rugându-se pe Muntele Măslinilor şi, mai ales, umilirea sa ("Ecce Homo"), suferinţele sale urcând drumul Golgotei şi angoasa din timpul crucificării ("Doamne, de ce m-ai părăsit ?") ;
- Viaţa lui Buddha ;
- Infernul descris de Dante în "Divina comedie" ;
- Viziuni apocaliptice á la Salvador Dali sau Hieronymus Bosch ;

MATRICEA A III-A : SINERGIA CU MAMA
(traversarea traseului pelvi-genital)

Fătul luptă pentru supravieţuire : el simte dureros presiunile mecanice şi o sufocare intensă. Eforturile mamei şi ale copilului cooperează sinergic. În momentul expulzării fătul poate cunoaşte un contact imediat cu unele substanţe biologice : sânge, mucozităţi, lichid amniotic, urină etc.

Această matrice perinatală este trăită ca o înviorare şi are patru aspecte distincte :

a) titanescul ;
b) sadomasochistul ;
c) sexual ;
d) scatologic.

a) Caracteristica principală a acestei matrici este atmosfera conflictului titanesc. Intensitatea durerii atinge un grad care depăşeşte limitele de suportabilitate umană. Fătul are sentimentul că trupul este străbătut de puternici curenţi de energie. Viziunile care însoţesc aceste experienţe sunt de diverse naturi : explozii vulcanice, cutremure de pământ, ploi de meteoriţi, cataclisme cosmice şi terestre, scufundarea Atlantidei, distrugerea Pompeiului, invazii de extratereştri, războaie nucleare, reminiscenţe ale potopului biblic.

Suferinţele se transformă într-un entuziasm sălbatic, extatic, de proporţii cosmice, un gen de "extaz vulcanic", deosebit "extazului oceanic" din prima matrice perinatală. Durerea intensă nu mai este diferenţiată de bucuria extremă, căldura de frig, agresivitatea criminală de pasiunea amoroasă, angoasa existenţială de extazul religios, chinurile morţii de bucuria naşterii.

b) Elementul sadomasochist este o caracteristică predominantă şi constantă a experienţelor asociate cu MPF III.

Scenele care însoţesc descărcările de energie distructive şi autodistructive sunt atât de puternice, încât subiecţii vorbesc de "orgii sadomasochiste". Ele presupun torturi şi cruzimi de toate genurile : omoruri bestiale, genociduri, revoluţii sângeroase, cruciade, mutilări sau automutilări ale fanaticilor religioşi (flagelanţi sau skopzi - ruşi, o sectă în care membrii se mutilau prin autocastrare), kamikaze (cuvânt japonez care înseamnă "vântul divin"), sinucidere în masă, masacre ale animalelor, etc.

Subiecţii au tendinţa de a se identifica cu dictatori sau tirani celebri : Nero, Caligula, Genghis Han, Hernando Cortez, Adolf Hitler, Stalin ; sau cu personaje cunoscute prin perversiuni sadice : Salomeea, Cezar Borgia, Vlad Ţepeş, Elisabeta Bathory (contesă maghiară din sec XVI care tortura şi asasina fete virgine şi apoi se scălda în sângele lor cald).

Subiecţii confruntaţi cu MPF III au sentimentul empatic al înţelegerii motivaţiilor acestor monştri şi sunt convinşi de forţa lor barbară inconştientă.

Dacă cele două aspecte - titanesc şi sadomasochist - din MPF III sunt trăite simultan, rezultă viziuni înfricoşătoare : lupte cu şerpi constrictori monstruoşi, cu rechini flămânzi, lupte antice cu gladiatori, lupte cu conchistadori cruzi, explorări spaţiale şi aventuri "science - fiction" etc.

c) Excitaţia sexuală excesivă este un fenomen curent şi important al naşterii (ne atrage atenţia Stanislav Grof, 1975). Această ipoteză a fost confirmată de multe cercetări transpersonale.

Subiecţii LSD relatează trăiri care ţin de prima parte a organismului, caracterizată printr-o creştere progresivă a tensiunii sexuale; ea pare a fi extinsă pe toată suprafaţa organismului şi nu limitată la regiunea genitală. Viziunile subiecţilor evocă tot felul de orgii sălbatice, cu toate perversiunile sexuale posibile. Ei se identifică empatic cu stăpânii haremurilor orientale, cu participanţi la ritualuri de adoraţie phalică, cu prostituate sau prostituaţi; ei joacă rolul unor personaje faimoase ca: Don Juan, Giacomo Casanova, Rasputin, Maria Thereza şi Popeea. Alţi subiecţi se imaginează că trăiesc la Soho (Londra), Place Pigalle (Paris) sau că participă la carnavalurile fastuoase de la Rio De Janeiro, Trinidad şi New Orleance.

d) Aspectul scatologic (scatologia se referă la lucruri triviale şi scabroase; a nu se confunda cu escatologia) din MPF III corespunde fazei care precede experienţa naşterii sau renaşterii. Subiecţii se imaginează mâncând excremente, sau bând sânge sau urină. Prima reacţie este negativă , de dezgust şi revoltă, după care ei ajung la o acceptare pasivă şi o curioasă satisfacţie primitivă.

Elementele scatologice se manifestă deseori sub o formă simbolică: tone de gunoi care degajă mirosuri respingştoare, maldăre de deşeuri, bucăţi de peşte alterat, cadavre umane sau animale în descompunere, imagini de cocină de porci, etc.

De asemenea, este abundent şi simbolismul religios: Adam şi Eva, potopul biblic, flagelele din Egipt, distrugerea Sodomei şi Gomorei, întânirea cu Moise (Vechiul Testament) sau simbolismul Cinei de Taină, aspectele transcendente ale crucificării şi învierii lui Hristos (Noul Testament). Unii subiecţi descriu scene terifiante de adoraţie a zeităţilor sângeroase semănând cu Kali, Molloch, Hecate, Astarte sau Lilith (V. Kernbach, 1995). Viziunile ceremoniilor religioase care implică senzualitate, trezire sexuală şi dansuri orgiastice (bacanalele Romei antice şi ritualurile triburilor aborigene) servesc adesea ca metafore ale conflictului renaşterii.

MATRICEA A IV-A: SEPARAREA DE MAMĂ
(sfârşitul uniunii simbiotice şi formarea unui nou tip de relaţie)

Această matrice este legată de ultima fază a naşterii. Experienţele culminant de angoasante, traversarea filierei pelvi-genitate atinge finalul, iar intensificarea ultimă a tensiunii şi suferinţei este urmată de o uşurare subită şi de o relaxare odată cu expulzarea. Copilul cunoaşte o nouă experienţă: prima sa respiraţie profundă este dureroasă, dar benefică, se deschid şi se degajă căile sale respiratorii. Cordonul ombilical este secţionat şi sângele este dirijat spre regiunea pulmonară.

Acum se produce separarea fizică a copilului de mama sa şi începe existenţa autonomă a noului născut. El va mai fi mult timp relativ dependent de mama sa.

MPF IV are o faţetă biologică şi una spirituală, după exemplu celorlalte matrici anterioare. Relatările subiecţilor se referă adesea la anestezicile folosite, la sunetul instrumentelor chirugicale, la luminarea sălii, la diverse evenimente şi

complicaţii care apar la naştere: ieşirea cu fundul înainte, înfăşurarea cordonului omibilical în jurul gâtului, utilizarea forcepsului, manevre de reanimare, etc.

Pe un plan simbolic şi spiritual, manifestarea principală în MPF IV este experienţa moarte - renaştere. Suferinţa şi angoasa culminantă este o experienţă de anihilare totală a tuturor nivelelor: fizic, emoţional, intelectual, etic şi transcendental. Omul cunoaşte o violentare biologică finală, un eşec emoţional, o prăbuşire intelectuală şi o umilire morală. Acest rezultat este ilustrat printr-o succesiune rapidă de imagini despre evenimente ale vieţii trecute şi prezente. Subiectul este pătruns de convingerea că este un ratat pe toate nivelurile. Concepţia sa despre lume se prăbuşeşte şi el trăieşte distrugerea instantanee a sistemului său de referinţă anterior.

Subiectul se referă la moartea Ego-ului (S.Grof, 1975). După ce subiectul a atins fondul cosmic al anihilării totale este asaltat de lumini reci şi orbitoare şi este simultan invadat de senzaţii de decompresiune şi expansiune. El percepe universul într-un mod nou şi extatic. Atmosfera generală este de eliberare, de mântuire, de dragoste şi de iertare. Subiectul se simte purificat şi în acelaşi timp debarasat de povara sa de "murdărie", de vinovăţie, de agresivitate şi angoasă. El nu are decât sentimente de dragoste pentru ceilalţi ("Iubeşte-ţi aproapele ca pe tine însuţi"), apreciază relaţiile umane calde, solidaritatea şi amiciţia.

În această stare, ambiţia neraţională şi exagerată, nevoia de bani, recunoaşterea meritelor de către alţii, prestigiul şi puterea par derizorii şi puerile. Subiectul nu poate înţelege cum de a acordat atâta importanţă acestor "valori" (este ca în urma christoterapiei, practicată de discipolii lui Viktor Frankl, 1961 - 1973).

În MPF IV această experienţă de naştere biologică şi renaştere spirituală este adesea urmată de sentimentul de uniune cosmică. În acest context, elementele transcendente se bazează pe experienţe ale "vieţii intrauterine" şi de "aşteptare" (în alchimia sa spirituală C.G. Jung se referă deseori la operaţia alchimică regressum in utero - I. Mânzat şi M. P. Craiovan, 1996, p. 342 - 345).

Capacitatea subiectului de a aprecia frumuseţile naturii creşte şi noul său ideal tinde spre un mod de viaţă simplu, în relaţie directă cu natura (muntele, marea, pădurea). Profunzimea şi înţelepciunea sistemelor de gândire care încurajează această orientare sunt acum evidente şi incontestabile, ceea ce se relevă în filozofia lui Jean Jacques Rousseau sau în învăţăturile Tao - ismului chinez sau ale buddhismului zen.

În acest stadiu, toate canalele senzoriale sunt receptori performanţi : creşte potenţialul sensibilităţii şi plăcerii nuanţelor perceptive ale lumii externe. Registrul senzorial pare total nou, proaspăt, excitant şi stimulativ. Acest plan empiric îi relevă subiectului valori pozitive: un simţ al justiţiei, aprecirea frumuseţii, sentimente de dragoste şi respect faţă de Sine şi faţă de alţii. Aceste experienţe au frapante asemănări cu metamotivaţia lui Abraham Maslow (1993).

5. Experienţa unităţii cosmice

Simbolismul religios şi mitologic este bogat şi variat, pluricultural. Experienţa morţii Ego-ului este asociată cu imagini ale zeităţilor terifiante: Kali, Molloch, Shiva, Thor (zeu nordic), (V. Kernbach, 1995).

Cadrul de referinţă cel mai frecvent este moartea lui Hristos pe cruce şi învierea Sa; deseori apare Sf. Fecioară Maria cu Pruncul. Sunt foarte frecvente reprezentările abstracte ale lui Dumnezeu, care e perceput ca o energie spirituală pură sau un Soare transcendent.

Relatările unui pacient: *„M-am simţit chinuit într-un iad similar cu picturile lui Jeronymus Bosch. Apoi am participat la drama şi suferinţa întregii umanităţi. Am trăit patimile lui HRISTOS; eu eram Hristos, dar eram totodată toţi oamenii morţi care se îndreptau spre Golgota. Viziunile mele erau foarte clare, suferinţa şi tristeţea mea erau intense. La un moment dat un gust de sânge murdărea chipul Domnului; eu nu îi vedeam chipul, ci doar această lacrimă care curgea şi care acoperea lumea întreagă atunci când Domnul participa la moartea şi suferinţa tuturor oamenilor. Mergeam spre Golgota; ajuns acolo am fost crucificat împreună cu Hristos şi cu toţi oamenii. Niciodată durerea mea nu a fost atât de puternică; eu eram Hristos, eu eram crucificat, eu eram mort.*

Un cântec celest răsuna în momentele în care noi muream răstigniţi pe cruce. Era vocea îngerilor; ei cântau şi noi ne înălţam lent spre cer. Semăna cu o naştere. În momentul morţii mele, vântul a suflat şi mi-a împins crucea spre o altă lume. Ascensiunea noastră treptată era amorsată. Erau mari presiuni în imense catedrale - lumânări imense, aur şi tămâie - toate se înălţau. Eu nu mai aveam conştiinţa existenţei mele personale. Eram contopit cu toate procesiunile şi toate procesiunile erau în mine; eram fiecare om şi totul se înălţa. Splendoarea acestei ascensiuni depăşea orice descriere. Noi ne înălţam spre lumină, tot mai sus, trecând peste coloane de marmură imaculată. Lăsam în urma noastră albastrul, verdele, roşul şi aurul catedralelor şi îmbrăcămintea regală a anumitor personaje. Ne înălţam în alb. Muzica era plină de vrajă, întreaga lume cânta. În continuare o viziune mi s-a impus: Giulgiul Domnului m-a atins. De fapt, nu eram sigur dacă m-a atins doar pe mine sau pe toţi oamenii. Nu eram eu (aşadar) toţi oamenii ? Mai multe fapte s-au produs simultan cu acel contact. Devenim minusculi, de talia unei celule, a unui atom. Eu eram pace, bucurie şi dragoste; iubeam dumnezeirea şi mă contopeam cu ea. Atingerea giulgiului a avut asupra mea efectul atingerii cu un cablu de înaltă tensiune: totul a explodat. Am fost depuşi în locul cel mai înalt posibil - locul luminii absolute. Liniştea s-a aşternut, nici un sunet, doar o lumină pură. Aveam sentimentul că sunt în centrul sursei de energie. Eu eram Dumnezeu - eram în Dumnezeu, participam la Dumnezeu. Această viziune a durat puţin. Apoi coborârea începea să se contureze. Nu era o coborâre într-o lume cunoscută şi familiară, ci într-o lume de o mare şi prodigioasă frumuseţe. Acoperind corurile, auzeam o voce de oracol: "Nu doresc nimic, nu doresc nimic." Apoi altă voce: "nu caut nimic, nu caut nimic". Acolo am descoperit un secret: DUMNEZEU este venerat peste tot. Vedeam celule

prinse în ţesuturi, treceam din una în alta, porţile se deschideau şi deţinuţii evadau pentru a se ruga lui DUMNEZEU. Am avut o altă viziune puternică, a unui personaj care călca pe apele unui fluviu majestuos care curgea într-o vale adâncă. Nuferi înfloriţi pluteau pe suprafaţa apei. Valea era sugrumată de munţi înalţi. Brusc, am auzit o voce: "fluviul vieţii curge spre gura lui Dumnezeu". Doream din toate puterile mele să intru în acest fluviu. Mi-e imposibil să precizez dacă eu pluteam pe apă sau dacă eram chiar fluviul. Hoarde de persoane şi animale -întreaga creaţie- coborau panta şi se grăbeau să intre în curentul fluviului vieţii.

Când simfonia mea s-a terminat, am simţit că mă trezesc şi m-am descoperit în sala de tratament. Teroarea şi umilinţa, pacea, fericirea şi bucuria nu m-au părăsit. Aveam foarte clar impresia de a-l fi întâlnit pe Dumnzeu în centrul energiei universului.

Astăzi păstrez convingerea fierbinte (profundă) că toţi oamenii sunt unul şi că fluviul vieţii curge în Dumnezeu şi că nu este nici o deosebire între oameni - amici sau inamici, negri sau albi, bărbaţi sau femei - noi suntem unul" (S. Grof, 1975, p.170-172).

Semnificaţia matricilor perinatale (apud S. Grof, 1975)

În timpul terapiei LSD ordinea cronologică a MPF-urilor nu este întotdeauna respectată. Configuraţii polimorfe şi multidimensionale se derulează în cursul procesului care depinde de un anumit număr de variabile ca:

- personalitatea subiectului;
- aspecte specifice ale biografiei sale;
- tipul de simptomatologie clinică (gradul de nevrotism);
- circumstanţele actuale ale vieţii subiectului;
- personalitatea terapeutului;
- împrejurările şi cadrul concret de experimentare.

Observaţiile indică faptul că anumite circumstanţe favorizează manifestarea experienţelor de renaştere şi unitate cosmică: tehnici terapeutice speciale, utilizarea de doze puternice, astuparea urechilor cu o bandă, ascultarea muzicii relaxante (Vanghelis, Klaus Schulze, Osho, etc).

Efectele psihoterapeutice sunt profunde şi ample. Subiecţii care au trecut prin cele patru matrici, în final vor dobândi un comportament nou şi vor avea o personalitate înnoită: dispar vechile simptome psihopatologice şi se reduce intensitatea trăirilor emoţionale. Ei au sentimentul că au întors spatele trecutului şi că sunt pregătiţi pentru un nou început de viaţă. Sunt respinse angoasele, depresiile, sentimentele şi complexele de vinovăţie, de inferioritate sau superioritate; ei trăiesc o profundă şi plăcută stare de relaxare şi au certitudinea armoniei fiziologice şi psihice, simt o pace lăuntrică şi o înţelepciune superioară. Subiecţii descoperă noi dimensiuni ale universului exterior şi interior, au convingerea intimă că fac parte din Creaţia divină.

Experienţa unităţii cosmice (transcendere şi cosmizare) are un pozitiv efect terapeutic asupra personalităţii ca întreg. Dacă influenţa este negativă, subiecţii cunosc diverse grade şi forme de suferinţă şi disperare care se exprimă într-un context metafizic, în termeni oculţi, mistici sau religioşi. Aspectul neplăcut

al experienţelor este atribuit forţelor adverse ale destinului, unei Karma rele, influenţelor astrologice sau cosmobiologiei malefice.

6. Rezumat

- În inconştientul uman conceput de S.Grof sunt straturi (nivele): unul personal (S. Freud) care conţine material biografic, unul perinatal (O. Rank şi W. Reich) cu memoria procesului naşterii şi unul transpersonal (C.G. Jung).

Modelul grofian este ca o scară în spirală care coboară în abisal. Grof delimitează 4 tipuri principale de experinţe LSD cu zone corespunzătoare în straturile inconştientului:

a) Experienţe abstracte sau estetice;
b) Experienţe psihodinamice;
c) Experienţe perinatale;
d) Experienţe transpersonale;

a) Experienţe abstracte sau estetice. Mediul suferă transformări care seamănă izbitor cu tablouri celebre ale pictorilor cubişti; apare o "orgie" vizuală de forme şi culori. Muzica se ascultă cu tot corpul şi generează trăiri extatice.

- Experienţe psihodinamice (descrise la IV.2)
- Experienţe perinatale: se referă la traumatismul naşterii (O. Rank, 1924) şi la asemănarea dintre naştere şi moarte.
- Matricile perinatale fundamentale (MPF I - IV) sunt sisteme directoare dinamice, care funcţionează în baza unor principii de organizare a Ics. având două componente: una biologică şi una spirituală.

MPF. I: Uniunea primară cu mama(experienţa intrauterină inainte de debutul travaliului) - apare extazul "oceanic" similar cu experienţele lui A. Maslow.

MPF II: Antagonismul cu mama (contracţiile într-un sistem uterin închis) - sunt confirmate temele filozofilor existenţialişti şi temele biblice.

MPF III: Sinergia cu mama (traversarea traseului pelvi-genital).

Această matrice are patru aspecte distincte:

- titanescul;
- sadomasochist;
- sexual;
- scatologic;

Caracteristica principală a MPF III este extazul vulcanic.

MPF IV: separarea de mama (sfârşitul uniunii simbiotice şi formarea unui nou tip de relaţie): pe plan simbolic şi spiritual, manifestarea principală în MPF IV este experienţa moarte- renaştere (experienţa morţii Ego-ului şi "regressum in utero").

- Experienţa uniunii cosmice (transcendere + cosmizare): experienţa morţii Ego-ului este asociată cu imagini ale zeităţilor terifiante; un cadru de referinţă frecvent este crucificarea lui Iisus Hristos.

Semnificaţia matricilor perinatale(S. Grof, 1975): configuraţii polimorfe şi multidimensionale se derulează în cursul procesului care depinde de anumite variabile:

- personalitatea subiectului;
- biografia sa;
- tipul de simptomatologie clinică;
- circumstanţe actuale;
- personalitatea terapeutului;
- împrejurările şi cadrul de experimentare.

Efectele psihoterapeutice sunt profunde şi ample: subiecţii dobândesc un comportament nou şi o personalitate înnoită, ei descoperă noi dimensiuni ale universului (interior şi exterior). Uneori influenţa poate fi negativă (suferinţa şi disperarea se pot accentua).

BIBLIOGRAFIE

Otto Rank - Le traumatisme de la naissance, Paris, Payot, 1924;
Stanislav Grof - Realms of Human Unconscious, New York, Viking, 1975 (tradus în franceză Royaumes de l'inconscient humain, Monaco, Ed. Du Rocher, 1983);
Carl Gustav Jung - Les racines de la conscience (Etudes sur l'archetype), Paris, Buchet-Chastel, 1971;
Wilhelm Reich - Charakteranalyse, Berlin, 1933 (trad. engl.: New York, Noonday Press, 1949);
Abraham Maslow - Religions, Values, and Peak Experiences, New York, Viking, 1970;
Karen Horney - "Conflictele noastre interioare", Bucureşti, Editura IRI, 1998;
Ion Mânzat, "De la existenţialism la psihologia existenţială" (apare în 2002);
Søren Kierkegaard, "Conceptul de anxietate", Timişoara, Editura Amarcord, 1998;
Martin Heidegger, "Fiinţă şi timp", Bucureşti. Editura Jurnalul Literar, 1994;
*** The Life and works of Hironymus Bosch, London, Paragon, 1995;
Victor Kernbach - "Dicţionar de mitologie generală", Bucureşti, Ed. Albatros, 1995;
Viktor Frankl - Religion and Existential Psychotherapy, "Gordon Review", VI, 1961;
Viktor Frankl - The Doctor and the Soul. From Psychotherapy to Logotherapy, London, Penguin Books, 1973 (I, 1955);
I.Mânzat şi M.P. Craiovan - Psihologia simbolului arhetipal, Bucureşti, Editura INI, 1996;
Abraham Maslow - The Further Reaches of Human Nature, (ed. IV), New York, Penguin Arkania, 1993.

VIII-IX EXPERIENȚE TRANSPERSONALE

1. Caracterizare generală
2. Clasificarea experimentală a experienţelor transpersonale
3. Expansiunea temporală a conştiinţei
- *Experienţe embrionare şi foetale*
- *Experienţe ancestrale*
- *Experienţe colective şi rasiale*

Experienţe filogenetice
- *Experienţe de încarnări trecute*
- *Prescience, clairvoyance, clairaudience şi călătorii în timp*

4. Expansiunea spaţială a conştiinţei.
- *Transcenderea Ego-ului în relaţiile interpersonale şi experienţa unităţi duale*
- *Identificarea cu alte persoane*
- *Identificarea şi Cs. de grup*
- *Identificare cu animale*
- *Identificarea vegetală*
- *Unitatea cu viaţa şi cu ansamblul Creaţiei*
- *Cs. materiei anorganice*
- *Cs. planetară*
- *Cs. extraplanetară*
- *Experienţe în afara corpului, telepatie*

5. Contracţia spaţială a conştiinţei
6. Extensia empirică dincolo de cadrul realităţii obiective
- *Experienţe cu spirite şi experienţe mediumnice*
- *Întâlniri cu entităţi spirituale supraumane*
- *Experienţe cu alte universuri şi întâlniri cu locuitorii lor*
- *Experienţe arhetipale şi mitologice*
- *Experienţe despre întâlniri cu zeităţi*
- *Înţelegerea intuitivă a simbolurilor universale*
- *Activarea chakrelor şi trezirea puterii şarpelui Kundalini*
- *Cs. spiritului universal*
- *Vidul supra şi metacosmic*

7. Semnificaţia experienţelor transpersonale
8. Experienţele transpersonale şi psihiatria contemporană
9. Natura multidimensională a experienţelor LSD. Epilog
10. Rezumat
11. Bibliografie

*EXPERIENȚE TRANSPERSONALE**

1. Caracterizare generală

Experienţele transpersonale se produc rar în timpul primelor şedinţe ale unei terapii psiholitice; dimpotrivă, ele devin curente într-un stadiu mai avansat, după ce subiectul a asimilat integrând materialul planurilor psihodinamice şi perinatale. Elementele transpersonale domină de fapt toate şedinţele LSD urmând experienţa finală a morţii/ renaşterii.

Experienţele transpersonale constituie un concept relativ nou în psihologie... Ele se înscriu într-un grup de fenomene foarte bogate şi foarte variate, dar cu toate acestea ele au un denuminator comun: individul are sentimentul că a sa Conştiinţă se întinde dincolo de limitele obişnuite ale Ego-ului său, ca şi ale timpului şi spaţiului. În stările de conştiinţă naturală (normală), individul există în limitele corpului său fizic care îl separă foarte distinct de restul lumii. El are conştiinţa spaţiului pe care îl ocupă, a entităţii sale fizice şi a punctelor sale de contact cu lumea externă. Este ceea ce se numeşte, în general, imaginea corpului. Individul are o percepţie a mediului său limitat prin sensibilitatea sa extero-receptivă. Percepţia sa internă (interocepţia) şi percepţia mediului exterior (exterocepţia) sunt ambele supuse limitelor spaţio - temporale specifice.

În principiu, o persoană nu trăieşte decât evenimente survenind în momentul prezent şi în locul în care se găseşte, îşi aminteşte de evenimente produse într-un alt moment şi în alt loc, îşi imaginează sau anticipează evenimentele ulterioare.

Caracteristica fundamentală a experienţelor transpersonale rezidă în faptul că una sau mai multe din aceste limite sunt transcendate. Subiectul cunoaşte o slăbire a mijloacelor de apărare ale Ego-ului său: Conştiinţa sa pare a se lărgi până la înglobarea altor indivizi şi elemente ale lumii exterioare. Îşi conservă propria sa identitate, dar sub o formă, într-un moment sau loc, într-un context deosebit. Anumiţi subiecţi trăiesc o pierdere completă a propriei lor identităţi şi o identificare totală cu Conştiinţa unei alte persoane sau cu altă entitate. În fine, într-o categorie destul de reprezentativă pentru experienţele transpersonale, Conştiinţa subiectului pare să includă elemente care nu au nici un raport de continuitate cu entitatea Ego-ului său obişnuit şi care nu pot fi considerate ca simple "derive" ale experienţelor sale.

Se pot defini deci experienţele transpersonale ca fiind experienţe care implică o expansiune şi o extensie a conştiinţei dincolo de limitele obişnuite ale Ego-ului şi dincolo de limitele spaţiului şi timpului.

Experienţele transpersonale acoperă o gamă foarte vastă de fenomene şi reprezintă faţete atât de multiple, încât este foarte dificil de găsit un principium divisionis adecvat şi de a propune un sistem simplu şi complet, care să permită clasificarea şi descrierea lor sistematică. Grof optează pentru un sistem de clasificare bazat pe o precizie formală: conţinutul unei experienţe transpersonale

---

* În continuare reproducem, aproape integral, finalul cărţii lui S. Grof "Realms of the Human and Unconscious", New York, Viking, 1975, p. 185 şi urm.)

particulare condesează elementele lumii fenomenale tridimensionale (sau "realitate obiectivă") aşa cum le cunoaştem în stările normale de conştiinţă.

În anumite experienţe transpersonale trebuie să intervină fenomene în care existenţa (în general) a fost acceptată pe baza validărilor, a evidenţelor empirice sau a cercetărilor ştiinţifice. Este vorba de experienţele embrionare, amintiri ancestrale şi filogenetice sau elemente ale Inconştientului colectiv. Nu atât conţinutul experienţei însăşi (faptul dezvoltării embrionare, continuitatea genetică avută cu strămoşi umani sau animali sau apartenenţa la un grup rasial şi cultural), ci ceea ce este marcabil şi surprinzător este existenţa acestor elemente în conştientul uman şi posibilitatea pe care o are individul de a trăi conştient, într-un mod realist.

Există şi un grup de fenomene ESP (percepţie extrasenzorială) care pot fi calificate drept experienţe transpersonale. În cazul precogniţiei, al fenomenelor clairvoyance şi clairaudience, al călătoriilor în timp, al experienţelor în afara corpurilor, al premoniţiei, al călătoriilor în spaţiu şi al telepatiei, nu atât conţinutul experienţelor este neobişnuit, cât mijlocul de a achiziţiona o anumită informaţie sau de a percepe o anumită situaţie care, conform paradigmelor ştiinţifice acceptate, sunt în afara unui sens.

În această a doua categorie a experienţelor transpersonale se vor integra fenomene aparţinând "realităţii obiective" în sensul occidental al termenului. Se pune aici problema comunicării cu spiritele morţilor sau cu entităţi spirituale supraumane, de a se întâlni sau identifica cu diverse zeităţi, este vorba despre experienţele arhetipale, etc.

2. Clasificarea experimentală a experienţelor transpersonale

este următoarea:

I. Extensia Empirică a Cadrului "Realităţii obiective"

A. Expansiunea temporară al Conştiinţei:
- Experienţe embrionare şi fetale
- Experienţe ancestrale
- Experienţe colective şi rasiale
- Experienţe (evolutive) filogenetice
- Experienţe de încarnări trecute
- "Prescience", "Clairvoyance", "Clairaudience" şi călătorii în timp.

B. Expansiunea spaţială a Conştiinţei
- Transcendenţa Ego-ului în Relaţiile Interpersonale
- Identificarea cu alte persoane
- Identificarea vegetală
- Identificarea şi Conştiinţa de grup
- Identificarea animală
- Unitatea cu Viaţa şi cu Ansamblul Creaţiei

- Conştiinţa materiei anorganice
- Conştiinţa planetară
- Conştiinţa extra-planetară
- Experienţele extracorporale de premoniţie de claraudiţie, telepatie, călătorii în spaţiu şi "clairvoyance"

C. Contracţia spaţială a Conştiinţei

Conştiinţa organică, tisulară şi celulară

II. Extensia Empirică în afara Cadrului "Realităţii Obiective"

- Experienţe cu Spirite şi cele mediumnice
- Experienţe de întâlnire cu entităţi supraumane
- Experienţe din alte Universuri şi întâlniri cu locuitorii lor
- Experienţe arhetipale şi succesiuni mitologice complexe
- Experienţe de întâlniri cu zeităţi
- Înţelegerea intuitivă a simbolurilor universale
- Activarea Chakrelor şi activarea Kundalini
- Conştiinţa şi spiritul universal
- Vidul supracosmic şi metacosmic

Este bine să nu uităm că experienţele transpersonale, mai ales în timpul şedinţelor psihedelice, nu se manifestă niciodată sub o formă pură. Am semnalat deja că fenomenele perinatale sunt însoţite adesea de anumite experienţe transpersonale tipice, aşa cum ar fi identificarea cu alte persoane, cu un grup, experienţe arhetipale sau întâlniri cu zeităţi. La fel, experienţele embrionare se produc uneori simultan cu amintiri filogenetice şi cu o experienţă de unitate cosmică. Aceste asocieri sunt relativ constante şi reflectă interrelaţii intrinseci profunde între diverse tipuri de fenomene psihedelice.

3. Expansiunea temporală a conştiinţei

Experienţe embrionare şi foetale

Primele fenomene transpersonale care au fost observate sau recunoscute de la începutul terapiei psiholitice au fost experienţele embrionare şi foetale. Existenţa lor reprezintă o serie care sfidează paradigmele ştiinţifice în vigoare.

Indivizii care relatează retrăiri ale vieţii intrauterine sunt convinşi că fătul este capabil de a experimenta subiectiv perturbările brutale ale existenţei sale (tentative de avort, zgomote pătrunzătoare, vibraţii intense şi comoţii mecanice), ca şi angoasa asociată cu starea somatică a mamei care este bolnavă, epuitată sau intoxicată. Şi chiar mai suprinzător: unii indivizi afirmă că fătul este conştient de stările afective ale mamei sale, şi coparticipă la crizele ei de angoasă, la şocurile ei

emoţionale, la pornirile ei de agresivitate şi răutate, la umorile depresive, la poftele ei sexuale, dar şi la sentimentele de relaxare, satisfacţie, dragoste şi bunătate.

Redările transmisiei gândurilor între mamă şi copil constituie un alt aspect interesant al acestei categorii de fenomene. Unii vorbesc literalmente de comunicare telepatică. În cazul gemenilor, partajul vieţii intrauterine cu un "semen" şi un rival este o problemă psihologică de o mare complexitate.

Episoadele asupra sentimentelor oceanice pozitive şi de uniune fericită cu mama sunt frecvente: ele sunt însoţite de un schimb bogat de energii fizice, emoţionale şi spirituale ca şi gânduri şi intuiţii reconfortante de natură transcendentală.

Un alt aspect interesant al acestor experienţe este acela că subiecţii demonstrează o cunoaştere ştiinţifică a embriologiei şi fiziologiei gravidei, care nu provine în mod cert din pregătirea lor profesională şi nici din studiu. Descrierile lor reflectă Conştiinţa proceselor care intervin la nivel fiziologic al ţesutului, la nivelul schimburilor celulare şi al reacţiilor biochimice. Este uimitoare autenticitatea şi precizia ştiinţifică ale acestor descrieri. Experienţele de existenţă intrauterină corespund deseori cu primele faze ale dezvoltării embrionare.

Accentul nu este pus în acest caz pe interacţiunea mamă-făt sau pe reacţia fătului la influenţe externe; individul se concentrează asupra creşterii ţesutului, asupra diferenţierii organelor şi asupra proceselor biochimice care intervin în această creştere rapidă. Percepţiile care caracterizează acest nivel sunt legate de factori ereditari, spirituali şi cosmici care determină dezvoltarea embrionului; ele fac să intervină o Conştiinţă a influenţelor genetice, a câmpurilor energetice cosmobiologice şi astrofizice, a unor forţe metafizice, constelaţii arhetipale şi acţiunea legii Karmice.

Experienţe ancestrale

Acestă categorie de experienţe transpersonale se caracterizează printr-un puternic sentiment de regresie în istorie, până în perioade care percep conceperea subiectului şi dezvoltarea sa embrionară. Individul înţelege că memoria sa a transcendat limitele sale obişnuite şi că ea provine în prezent dintr-o informaţie legată de viaţa strămoşilor săi biologici. Unele amintiri vor fi legate de evenimente survenite pe parcursul a mai multor generaţii din mai multe secole. Conţinutul acestor fenomene este, în general, compatibil cu contextul rasial şi istoric al subiectului. Un individ evreu a trăit episoade din viaţa tribală a Israelului, din epoca biblică şi se va dezvolta în strânsă legătură cu patrimoniul său istoric, religios şi cultural. Un scandinav va asista la diverse scene cu explorări aventuroase şi cuceriri ale vikingilor, cu o precizie care merge până la cele mai mici detalii: îmbrăcăminte, arme, bijuterii şi tehnică de navigaţie. Un afro-american va retrăi secvenţe din viaţa strămoşilor africani, cu ritualuri tribale.

Un exemplu: Nadja, psiholog în vârstă de 50 de ani, a trăit în cursul unei şedinţe LSD o identificare foarte realistă cu mama sa; scena relata un episod din copilăria sa. *"Spre marea mea surpriză, identitatea Ego-ului meu se tranforma. Eu eram mama mea la vârsta de 3-4 ani (prin 1902). Eram îmbrăcată într-un chip foarte bombastic şi preţios şi mă ascundeam sub scară. Ochii îmi erau dilataţi ca la un animal îngrozit; eram angoasată şi singură. Îmi apăsam gura cu mâna, dureros conştientă de faptul că se va petrece ceva groaznic. Am făcut o remarcă deplasată. Am fost certată şi cineva mi-a pocnit o palmă peste gură. Din*

ascunzătoarea mea am observat numeroşi membri ai familiei mele aşezaţi pe vastul pridvor, unchi, mătuşi, în haine demodate, specifice epocii. Toată lumea trăncănea, fără să ţină seamă de mine. Îmi era ruşine şi mă simţeam incapabilă de a satisface exigenţele adulţilor-de a fi gentilă, de a te purta frumos, să nu te murdăreşti, să vorbeşti politicos, mă simţeam exclusă, respinsă. "

Nadja şi-a interogat mama şi aceasta i-a confirmat autenticitatea scenei şi a trăirilor.

Un alt exemplu stupefiant se referă la raportul dintre elementele experienţei ancestrale şi reîncarnări trecute. Este extras din tratamentul psiholitic al Renatei:

Într-un stadiu avansat al terapiei psiholitice al Renatei, evenimentele neobişnuite şi curioase domină patru şedinţe consecutive LSD. Aceste secvenţe se referă la o perioadă istorică precisă: Praga secolului XVII, o epocă decisivă în istoria Cehoslovaciei. După bătălia pierdută de la Mont Blanc (1621), care a marcat începutul Războiului de 30 de ani în Europa, ţara şi-a pierdut suveranitatea şi a trecut sub hegemonia dinastiei de Habsburg. Doritori să înăbuşe elanul patriotic şi forţele de rezistenţă, habsburgii au angajat mercenari pentru a captura principalii reprezentanţi ai nobilimii cehe. Douăzeci şi şapte dintre ei au fost arestaţi şi decapitaţi pe un eşafod instalat în piaţa veche a oraşului din Praga.

Renata a perceput diverse imagini şi intuiţii extraordinare referioare la arhitectură, veşminte, arme şi alte obiecte ale epocii. Ea a descris cu mare precizie ambiguitatea relaţiilor dintre membrii familiei regale şi vasali. Renata nu a studiat niciodată această perioadă istorică şi a trebuit să cerceteze cărţi rare pentru a-şi confirma exactitatea informaţiilor relatate.

Unele experienţe erau legate de diverse perioade din viaţa unui nobil. Acesta era unul dintre cei 27 care au fost decapitaţi. În cursul unei experienţe dramatice, Renata a retrăit cu mare emoţie şi alte detalii referitoare la execuţie, înţelegând spaima şi agonia tânărului. Aceste secvenţe istorice au lăsat-o perplex: prin ce anume erau acestea legate de personalitatea actuală?

În ciuda credinţelor sale ea a dedus că este vorba de retrăirea unor evenimente dintr-una din vieţile străbunilor săi.

"Doi ani mai târziu când mă găseam în S.U.A.(relatează Grof), am primit o lungă scrisoare a Renatei care începea aşa: *"Dragă Dl-e. Grof veţi crede despre mine că sunt total nebună când vă voi spune rezultatele cercetărilor mele recente."* Renata mi-a explicat cum s-a întâlnit tatăl său cu care nu s-a mai întâlnit de la vârsta de 3ani. După o scurtă discuţie el a invitat-o să cineze la el, în compania celei de-a doua neveste şi a copiilor lor. El i-a vorbit cu această ocazie de vremurile trecute, convins fiind că nu va fi lipsit de interes. În timpul celui de-al doilea Război Mondial, naziştii cereau ca fiecare familie să prezinte autorităţilor germane arborele genealogic pentru a dovedi absenţa strămoşilor evrei timp de 5 generaţii anterioare. Întreprinzând această muncă, tatăl Renatei, a pus pasiune; el a studiat istoria familiei sale, traversând secolele graţie actelor de naştere păstrate în arhivă. Era foarte mândru să prezinte fiicei sale rezultatul cercetărilor sale şi a reuşit să stabilească filiaţia parentală cu nobilii executaţi după bătălia de la Mont Blanc. Renata a exprimat convingerea că amintirile de o mare încărcătură emoţională s-ar fi putut imprima în codul genetic şi să se transmită prin secole urmaşilor. În cursul uneia din experienţele "istorice" ea a retrăit chinurile execuţiei nobilului ceh. Ori, este evident că moartea fizică pune un "terminus" liniei

ereditare (biologice); un defunct nu poate procrea, este imposibil ca el să poată transmite genetic amintirea sfârşitului său către generaţiile viitoare, " spune S. Grof.

Experienţe colective şi rasiale

Această categorie de fenomene este legată de conceptul jungian al inconştientului colectiv şi rasial. Emergenţa spontană a acestor experienţe la subiecţii care n-au cunoscut ideile C.G.Jung constitue o probă şi o confirmare empirică ale unuia dintre celei mai controversate teorii psihologice. Subiecţii acordaţi la aceste planuri ale inconştientului trăiesc scurte perioade sau, dimpotrivă, secvenţe lungi şi complexe care se derulează în regiuni sau în diverse secole şi prin diverse culturi istorice.

Subiectul joacă deseori rolul de observator dar, cel mai adesea, el se identifică cu unul sau mai mulţi protagonişti. Aceste experienţe sunt însoţite de obicei de intuiţii globale sau detaliate ale structurii sociale, ale cosmologiei religioase, ale cultelor, cadrului moral, artei, tehnicii, etc.

Experienţele colective şi rasiale se referă la orice regiune, la orice perioadă şi orice tradiţie culturală. Conţinutul secvenţelor este independent de contextul etnic al subiectului, de regiunea sa de origine, de tradiţia sa culturală, de pregătirea şi educarea sa. Un anglo-saxon se va identifica, de exemplu, cu personaje din diverse perioade ale istoriei afro-americanilor sau amerindienilor şi va avea o nouă sensibilitate faţă de aceste popoare şi o nouă conştiinţă asupra problemelor lor rasiale. Un evreu va descoperi culturi din Extremul Orient şi va retrăi episoade din istoria Chinei sau Japoniei antice, care va sfârşi cu înţelegerea şi apreciera sa asupra filosofiei Tao-iste sau buddhiste, muzica japoneză, artele marţiale, etc. O persoană de origine slavă va participa la cuceririle asiatice ale hoardelor mongole conduse de Genghis Han, se va identifica cu boşimanii sau cu aborigenii australieni.

Informaţiile relevante din aceste experienţe sunt adesea de o precizie surprinzătoare şi verificabile prin consultarea surselor arheologice si antropologice. Sunt relatate adesea detalii esoterice specifice. Nivelul cunoştinţelor istorice sau etnografice depăşesc cu mult cultura şi pregătirea subiectului.

Un subiect s-a văzut îmbălsămat (mumificat) în Egiptul antic; el a descris talia şi calitatea bandeletelor care acopereau mumiile, materialele utilizate şi a explicat simbolismul celor patru vase funerare ("vasele funerare" cuprindeau organele defunctului). Fiecare era dedicat unuia dintre cele patru genii ale infernului egiptean, simbolurile celor patru puncte cardinale. Vasele au imaginea zeităţii căreia îi sunt dedicate.

Vasul cu cap de om (Sud) conţinea stomacul şi intestinul gros; cel cu cap de câine (Nord) intestinul subţire; cel cu cap de şacal (Est) plămânii şi inima; cel cu cap de şoim (Vest) ficatul şi colecistul. Vasele sunt pictate în negru.

Alţi indivizi dobândesc o înţelegere intuitivă a funcţiilor diferiţilor zei egipteni, a simbolismului lor, a semnificaţiei esoterice a piramidelor şi a Sfinxului. Un subiect care trăieşte secvenţe din viaţa vechilor Parsis (urmaşi ai zoroastrienilor iranieni, emigraţi cândva în India) descrie nu numai natura religiei lor şi practicile funerare, cât şi detaliile tehnice despre dakmas zoroastrieni în care defuncţii erau livraţi ulterior. Alţii vor furniza percepţii intuitive ale hinduismului şi buddhismului şi dovedesc o înţelegere profundă a practicilor lor religioase.

Aceste experienţe sunt însoţite de gesturi simbolice, secvenţe complexe şi elaborate de activitate motrică, exprimând conţinutul lor. Subiecţii descoperă semnificaţia diverselor gesturi simbolice (mudras), sau adoptă posturile cu totul neobişnuite (asanas), pe care le relevă Hatha Yoga.

Indivizii "plonjează" în atmosfera unei culturi, având deseori nevoia irezistibilă de a dansa. Fără a avea cunoştinţe anterioare despre aceste civilizaţii, ei sunt capabil de a reproduce dansuri tribale tradiţionale : dansuri ale aborigenilor australieni sau ale triburilor africane care vizau intrarea în transă, dansuri foarte complexe şi foarte expresive din Java şi Bali.

Experienţele colective şi rasiale sunt asociate deseori cu alte fenomene transpersonale. După cum am văzut, ele implică adesea o identificare totală cu protagoniştii din diverse culturi, sau cu alte elemente ale unei conştiinţe de grup. În cazuri extreme ele integrează conştiinţa grupurilor rasiale în asamblul lor, sau aceea a totalităţii rasei umane. O astfel de expansiune empirică a individului până la conştiinţa umanităţii reproduce arhetipul jungian al omului cosmic. Unele din aceste fenomene se prezintă sub formă de clairvoyance, clariaudience, premoniţie, călătorie în spaţiu şi timp. O caracteristică importantă a amintirilor colective sau rasiale este faptul că subiectul le trăieşte ca percepţii intuitive ale diversităţii grupurilor culturale în sânul rasei umane, ca ilustraţii ale istoriei umanităţii sau ca manifestări ale dramei cosmice ale jocului divin.

Experienţe (evolutive) filogenetice

Acest tip de experienţe implică identificarea completă şi foarte realistă cu animale din diverse stadii de evoluţie filogenetică. Ele sunt însoţite ca şi experienţele ancestrale de o impresie de regresie în timp. Subiectul are sentimentul puternic şi convingător că speciile de animale cu care el se identifică aparţin istoriei filogenetice şi că el explorează evoluţia speciilor în natură. Identificarea este cel mai adesea cu mamifere, păsări, reptile, amfibieni şi diverse specii de peşti. El respectă talia, informaţia fizică, diverse senzaţii specifice, emoţii şi impulsuri instinctive, ca şi percepţii neobişnuite ale mediului. Amintirile evolutive posedă o serie de caractere empirice specifice. Spre deosebire de experienţele umane, ei transcend adesea panorama şi limitele fantasmelor şi imaginaţiei propriei omului. Subiectul a trăit sentimentul cunoaşterii senzaţiilor unui şarpe înfometat, a unei păsări hrănindu-şi progenitura sau a unei balene respirând prin branhii. Subiecţii au relatat că au cunoscut instinctul care obligă anghila sau somonul să înoate împotriva cursului fluviului sau procesele de metamorfoză ale unei larve în omidă şi a unei crisalide în fluture.

Identificarea cu vertebratele suscită deseori reacţii fizice specifice, decelabile de un observator extern. Astfel de experienţe sunt însoţite deseori de inervaţii neobişnuite ale muşchilor, de modificări ale circuitului neurologic şi a activităţii motrice, care nu se întâlnesc la om în circumstanţe normale. Aceste reacţii par a fi legate de activitarea selectivă şi de funcţionarea automată a sistemului extrapiramidal şi a altor circuite neuronale arhaice. Nu sunt rare cazurile în care subiectul relatează experienţe evolutive care trădează o cunoaştere intimă a animalelor cu care se identifică, cunoaştere care depăşeşte ceea ce a aflat sau a studiat pacientul în domeniul ştiinţelor naturale. El descrie cu precizie dansurile

amoroase, reflexele de agresiune şi apărare şi alte fapte zoologice şi ethologice. Pentru a ilustra această categorie de experienţe, iată relatările unei subiecte pe nume Renata. Ea s-a identificat total cu o femelă dintr-o specie de reptile uriaşe care au trăit cu milioane de ani în urmă. Se simţea indolentă şi letargică, lungită pe nisip, pe malul unui lac, sub dulcea căldură a soarelui. Era fascinată de solzii pe care îi avea, ei aveau culoare şi formă irezistibilă.

Experienţe de încarnări trecute

Iată categoria de fenomene transpersonale, poate cele mai interesante şi cele mai enigmatice. Experienţele cu încarnări trecute sunt compuse din fragmente de scene din evenimentele individuale sau din succesiuni complete, clare şi logice, care se derulează în alte contexte istorice. Ele se raporteză într-un anumit mod la elemente ale inconştientului colectiv şi rasial şi la anumite experienţe ancestrale. Experienţele sunt spectaculoase şi sunt însoţite de o încărcătură afectivă intensă de calitate pozitivă sau negativă. Caracteristica esenţială a acestor fenomene este că s-ar putea apela la o "calitate empirică a încarnării trecute". Subiectul conservă identitatea Ego-ului său, dar el se vede sub o altă formă, într-un alt loc şi într-o altă epocă. El trăieşte sentimentul de a fi în esenţă aceeaşi entitate individuală ca şi în experienţa sa actuală. Are impresia vie că este confruntat cu o amintire, care trăieşte evenimente care deja le-a trăit sau la care el deja a asistat. Această nuanţă de "deja vue" este foarte specifică. Individul simte şi ştie fără nici un dubiu că această experienţă nu e legată sau derivată din ceva din viaţa sa actuală, ci este vorba de o resurgenţă a uneia din încarnările sale anterioare.

Unii subiecţi nu cred în reîncarnare şi au convingerea ştiinţifică precum că metempsihoza nu este posibilă, sau sunt indivizi simpli şi fără educaţie care nu cunosc religia tibetană sau indiană. Un pacient era muncitor necalificat, care suferea de cancer în stadiu final şi care a trăit în cursul unei şedinţe LSD evenimente complexe, care trădau o intuiţie mecanică a reîncarnării şi a acţiunii legii Karmei. Dezvăluirea acestei regiuni transpersonale din incoştientul său l-a ajutat să înfrunte sinistra realitate a eminenţei morţii sale cu seninătate.

În experienţele cu reîncarnări este obişnuit să intervină una sau mai multe personale; precizăm că sunt rare cazurile în care intervin animale. În secvenţele în care figurează, subiectul are sentimentul că retrăieşte un episod în cursul căruia el a fost ucis de un tigru, muşcat de un şarpe veninos. Pacientul este deseori singurul protagonist al acestor scene aparţinînd trecutului. Nici o retrăire a tristeţii legate de vreo maladie penibilă sau paralizantă sau de vreun accident grav care ar fi survenit într-o reîncarnare precendentă nu este prezentă. Resimte angoasa şi agonia asociate cu moartea accidentală sub o avalanşă, într-o maree sau în nisipuri mişcătoare, din cauza unei existenţe vulcanice, etc.

Experienţele de tip Karma se împart în două grupe, după calitatea emoţiilor implicate. Prima reflectă asociaţiile afective pozitive cu alte persoane; cel mai adesea este vorba de o înţelegere mutuală totală, de un liant amoros, de o prietenie profundă şi o comunicare spirituală. A doua grupă cuprinde scene cu încărcătură emoţională negativă. Subiecţii trăiesc situaţii trecute caracterizate printr-o durere fizică intensă, o profundă tristeţe, o teroare şi o angoasă inumane, o pasiune carnală, o gelozie feroce sau avariţie exagerată. Este o stare de stimulare

emoţională şi biologică în care toate modalităţile afective converg în ansamblul incoerent de calităţi empirice ale naturii inumane, un punct de la care bestialitatea inerentă naturii umane ia proporţii metafizice. Erudiţii atribuie acestei stări nediferenţiate de transă setea de carne şi de sânge din învăţătura buddhistă, forţe care perpetuează ciclul morţii şi renaşterii şi care sunt responsabile de toate suferinţele. Această experienţă de activare nespecifică a afectivităţii se va imprima ca un gestalt nedeterminat înainte de a fi repetat şi rezolvat în cursul vieţilor următoare. Subiectul trebuie să transceandă evenimentul pe plan emoţional, etic şi spiritual, trebuie să-l depăşească. Legea Karmei este un factor esenţial de ordin cosmic, la care totul se supune. Unele studii de LSD vorbesc de legile reîncarnării în termeni de ginecologie şi transfer genetic. Deseori Karma este realizată timp de secole prin serii de reîncarnări, prin vieţi succesive.

Pare prematur în stadiul actual să discutăm despre problema originii acestor experienţe şi despre semnificaţia lor ontologică. Nu este nici o îndoială că ele reprezintă aceleaşi fenomene ca cele descrise în urmă cu secole în diverse cadre religioase, filosofice şi mistice, cum ar fi: cosmologiile din anumite culturi africane sau amerindiene, cultul orfic, filosofia lui Platon, gândirea creştină primitivă şi diversele religii ale Indiei, precum hinduismul, buddhismul şi jainismul.

Prescience, clairvoyance, clairaudience şi "călătorii în timp"

Aspectul cel mai caracteristic al fenomenelor ESP este transcendenţa limitelor obişnuite ale timpului şi extensia temporală a conştiinţei. Subiecţii supuşi unor experienţe LSD anticipă deseori evenimentul. Ei asistă la scene complexe şi detalii ale evenimentelor viitoare sub formă de viziuni şi auzind sunete: zgomotele obişnuite ale vieţii cotidiene, secvenţe muzicale, cuvinte separate sau fraze întregi, zgomote făcute de automobile şi diverse alarme sonore. Aceste experienţe au o asemănare variabilă cu evenimentele reale ulterioare. O verificare obiectivă în acest caz este foarte dificilă.

Referitor la călătoriile în timp, subiecţii sunt convinşi ca au transcens limitele temporare şi că sunt în stare să se deplaseze după voie în orice perioadă din istorie, ca nişte personaje S.F. care dispun de "maşina timpului". (H.G. Wells).

4. Expansiunea spaţială a conştiinţei

Transcendenţa Ego-ului în relaţiile interpersonale şi experienţa unităţii duale

Aceste fenomene transpersonale se caracterizează prin transcendenţa limitelor obişnuite ale conştiinţei. Subiectul trăieşte experienţa când se desprinde de limitele Ego-ului său că şi realizează o uniune şi o unitate perfectă cu altă persoană. Această unitate dual trăită cu terapeutul, asistentul , membrii familiei sau alţi participanţi se manifestă deseori în spaţiul interior al individului, la un nivel pur subiectiv, total independent de persoanele prezente la şedinţele LSD. Exemple tipice sunt simbioza între mamă şi copil, uniunea cu partenerul sexual şi sentimentul de contopire cu maestrul spiritual. Experienţele de unitate dual apelează la sentimente de amor profund şi la sensul de sacru.

Identificarea cu alte persoane

Contrar a ceea ce am observat în grupul transpersonal precedent, subiectul cunoaşte aici o identificare totală cu altă persoană şi pierde într-o mare măsură conştiinţa propriei sale identităţi originale. Această identificare este totală şi complexă, ea implică imaginea corpului, a reacţiilor şi a atitudinilor emoţionale, caracteristici psihologice, expresia facială, gesturi şi maniere tipice, aceeaşi intonaţie a vocii. Această experienţă îmbracă forme şi atinge nivele foarte diferite. Astfel, retrăirea experienţelor traumatizante din copilărie care implică mai mult decât o persoană se caracterizează prin identificarea simultană sau succesivă cu toţi protagoniştii. Aceste detalii dau o anumită coloratură transpersonală experienţelor. Subiectul se identifică uneori cu copii săi, cu părinţii săi sau cu prieteni apropiaţi, cu profesori. În acest proces pot interveni personalităţi notorii: politicieni, savanţi, artişti, sau diverşi reprezentanţi ai unor grupuri profesionale, etnice sau rasiale. Identificarea cu personaje istorice sau cu maeştri spirituali este de asemenea foarte curentă.

Identificarea şi conştiinţa de grup

Această categorie se caracterizează printr-o expansiune spaţială mai vastă a conştiinţei; individul nu se identifică numai cu indivizi, ci manifestă o conştiinţă aparţinând unui grup de persoane. Denominatorul comun care reuneşte membrii acestor grupuri vor fi, după caz, rasa lor, patrimoniul lor cultural, religia, profesia, ideologia sau destinul lor. Subiectul îşi asumă rolul tuturor evreilor persecutaţi în cursul secolelor, a tuturor creştinilor torturaţi şi sacrificaţi de romani, a victimelor Inchiziţiei sau a prizonierilor din lagărele naziste de concentrare. El va trăi zelul religios al tuturor musulmanilor care s-au dus în pelerinaj la Mecca, devoţiunea indienilor în timpul purificării prin Yoga, fanatismul sectelor religioase extremiste. Ei au sentimentul că potenţialul expansiv al conştiinţei lor înglobează clase şi popoare, sau chiar întreaga omenire.

Identificarea cu animale

Identificarea cu animale este legată pe plan psihodinamic de inconştient, are o semnificaţie simbolică şi o structură dinamică, evocând imagini onirice. Individul recunoaşte în ele un mesaj ocult privind caracteristicile personalităţii sale sau ale situaţiei sale actuale şi acceptă o apropiere psihanalitică de aceste fenomene. O stilizare simbolică face să intervină un animal de pradă, ceea ce corespunde exprimării sentimentelor de intensă agresivitate. Maimuţa reprezintă tendinţele perverse polimorfe şi o predispoziţie inhibată pentru plăceri şi jocuri sexuale. O pulsiune puternică libidinală va fi simbolizată de un armăsar sau centaur. Vanitatea masculină şi exhibiţionismul vor fi caracterizate printr-o reprezentare simbolică a subiectului într-un cocoş, cântând pe o grămadă de gunoi. Simbolul găştii sau al boului este asociat cu stupiditatea, iar porcul ilustra neglijenţa şi delăsarea morală.

Identificarea vegetală

Experienţele de identificare vegetală sunt mult mai frecvente decât cele de identificare animală. Un individ confruntat cu această categorie de elemente are sentimentul unic de a asista şi de a participa conştient la procese fiziologice

fundamentale ale planetelor. El va fi ca o grăunţă germinală, o frunză în activitate fotosintetică, sau o rădăcină care extrage hrană şi apă. În alte împrejurări, el va fi o "dionee" sau altă plantă carnivoră din flora oceanică, va cunoaşte polenizarea şi diviziunile celulare care se produc în timpul creşterii vegetale. Alţi subiecţi se văd participând la procesele botanice la nivel molecular, vor fi conştienţi de sinteza biologică ce guvernează producerea de anexine, de pigmenţi, de substanţe aromatice şi diverse alcaloide. Resurgenţele conştiinţei vegetale sunt însoţite adesea de indicaţii şi intuiţii filosofice şi spirituale. Mulţi subiecţi au fost frapaţi de puritatea şi altruismul existenţei vegetale, pe care ei îl consideră ca un model de comportament uman ideal. Majoritatea plantelor nu ucid şi nu trăiesc pe seama altor organisme, contrar animalelor şi oamenilor. Ele sunt în contact direct cu cele patru elemente (pământ, aer, apă şi foc), capacitatea lor de a transforma energia cosmică este indinspensabilă vieţii pe această planetă. Plantele nu se sinchisesc de viitor, nu sunt preocupate nici de scopuri nici de ambiţii. Ele reprezintă fiinţa pură în împrejurarea şi locul actual, care este idealul multor şcoli mistice şi religioase. Plantele nu exploatează şi nu rănesc alte organisme, în schimb ele ajută la unirea şi la răspândirea vieţii altora. Anumiţi indivizi care au trăit aceste experienţe afirmă că apreciază importanţa ştiinţifică asupra sensibilităţii vegetale, de exemplu în lucrările lui Sir Jagadise Chandra Bose din Calcutta, precum şi experienţe mai recente ale lui Cleve Backster.

Marii arbori celebri pentru longevitatea lor, ca sequoia, au fost percepuţi ca fiind ilustrarea ideală a unei conştiinţe infinite, la adăpost faţă de agitaţia şi frenezia vieţii exterioare. Alte intuiţii se referă la conotaţii mistice şi la semnificaţia religioasă profundă a anumitor plante. Exemplele cele mai interesante din această categorie de experienţe sunt: simbolismul lotusului în buddhism, importanţa grâului în cosmologia indienilor din America de Nord, utilizarea vâsculuiîn ritualurile druidice, în religiile şi cultele formate pe plantele psihedelice, ca de exemplu peyotl, ciupercile mexicane sacre şi yaje (C.Castaneda, 1997).

Unitatea cu viaţa şi cu ansamblul creaţiei

În foarte rare cazuri un subiect LSD are sentimentul că a sa conştiinţă se întinde până la înglobarea întregii vieţi a planetei, ansamblul florei şi faunei, organismelor monocelulare. Un individ se identifică cu evoluţia filogenetică a vieţii în toată complexitatea sa şi atinge o înţelegere intuitivă a legilor biologice care o conduc. El explorează factorii care influenţează originea noii specii sau extinderea celor vechi, vede în acţiune forţele darwiniene care determină "supravieţuirea celui mai tare". Alte intuiţii se referă la interacţiunea diferitelor forme ale vieţii în toate mutaţiile sinogiilor şi antagonismului lor în cadrul ecologic. Această conştiinţă unificatoare cu materia anorganică şi organică e însoţită de explorarea contradicţiilor şi conflictelor intrinseci ale vieţii, de tentativele de a estima puterea relativă a forţelor conservatoare ale vieţii faţă de forţele autodistructive. Aceste experienţe declanşează deseori o conştiinţă asupra problemelor ecologice şi o nouă sensibilitate faţă de dezvoltarea tehnologică şi industralizarea rapidă.

Conştiinţa materiei anorganice

Extensiunile empirice ale conştiinţei în cursul şedinţelor LSD nu se limitează la lumea geologiei. Ele includ deseori şi fenomene macroscopice şi

microscopice ale lumii organice. Nu sunt rare cazurile în care subiectul se raportează la experienţe de identificare cu oceanul, care se caracterizează prin fluiditate, intensitate şi seninătate. Alţii se identifică cu focul, tendinţa de a crea şi a distruge, precum şi potenţialul său purificator. Sunt evocate adesea forţele care generează catastrofe naturale, aspecte distructive şi creatoare, erupţiile vulcanice, seismele, puterea curenţilor atmosferici şi uragane. Alţii trăiesc şi se transpun în minerale: diamant, granit, aur sau fier. Experienţe similare se referă la structura dinamică a atomilor, natura forţelor electromagnetice, universul legăturilor interatomice sau mişcarea browniană a moleculelor. În lumina acestor planuri fenomenologice subiecţii LSD avansează până la conştiinţa fenomenelor cosmice (R. Bucke, 1901), în esenţă legată de organizarea energiei la scară universală. Conştiinţa umană nu va fi decât una din formele sale de expresie. Episoadele conştiinţei materiei anorganice sunt însoţite adesea de diverse intuiţii de natură filosofică sau religioasă. Ele favorizează o nouă înţelegere a aninismului şi panteismului, a paralelelor care există între stările spirituale şi substanţele materiale aşa cum sunt descrise în textele alchimice, doctrina lui Empedocle a celor patru elemente sau semnificaţia apei în învăţătura taoistă. Indivizii care au fost "scufundaţi" în conştiinţa granitului sau a proceselor vulcanice înţeleg fără dificultate că indienii din Himalaya au o reprezentare a lui Shiva sau Hawaienii venerează pe zeiţa Pelle, simbol al forţelor inerente ale erupţiilor vulcanice. Experienţele conştiinţei substanţelor stabile şi imuabile sunt percepute ca stări spirituale elevate, încărcate de un sens sacru. Anumiţi subiecţi au conştiinţa faptului că Himalaya pentru indieni, sculpturile de granit pentru egipteni sau statuile de aur pentru precolumbieni nu reprezintă decât metafore ale zeităţilor, ei erau zeităţile. Este caracterul etern şi indiferent al materialelor care au fost adorate pentru că diferă radical de stările de conştiinţă versatile, limitate şi turbulente ale fiinţelor umane. (I. Mânzat, 1999).

Conştiinţa planetară

Iată un fenomen rarisim care nu se produce decât într-un stadiu avansat de terapie LSD. În această experienţă conştiinţa subiectului integrează absolul toate aspectele planetei, înţelegând atât materia organică, precum şi anorganică. Terra e concepută ca un organism cosmic complex: diferitele aspecte ale evoluţiei geologice, biologice, culturale şi tehnologice sunt considerate ca manifestare a unei tentative pentru a atinge un nivel superior de integrare şi realizare a Sinelui (I. Mânzat, 2000).

Conştiinţa extraplanetară

Subiectul cunoaşte aici fenomene legate de corpuri cereşti, altele decât planeta noastră şi de evenimentele astronomice care se produc atât în interiorul sistemului nostru solar, cât şi în afara acestuia. Relatările se referă la suprafaţa Lunii, procese termonucleare care se desfăşoară în inima Soarelui, condiţii particulare ale diferitelor planete, supernove, quasari, pulsari, explozii solare care provoacă găuri negre în univers. Sunt, de asemenea, experienţe ale conştiinţei spaţiului interstelar. Ele se caracterizează prin sentimente de eternitate, infinitate, linişte, seninătate, puritate şi unire a tuturor opuselor. Echivalentul spiritual poate fi experienţa vidului descris mai înainte

în acest capitol. Subiecţii LSD care au o solidă pregătire în matematică şi fizică au confirmat că numeroase concepte ale acestor discipline (care transcend raţionamentul raţional) devin mai comprehensibile, sunt înţelese mai profund şi pot fi realmente trăite în timpul stărilor de conştiinţă modificată. Relativitatea timpului şi spaţiului, specificitatea spaţiului, ideea unui univers infinit, dar închis, interşanjabalitatea materiei şi energiei, diverse ordine şi grade de infinit. Toate aceste abstracţii complexe ale fizicii şi matematicii moderne vor fi clarificate într-un mod nou(văzute din perspective).

Experienţe în afara corpului, călătorii în timp şi telepatie

Acest tip de experienţe LSD sunt de înţeles în raport cu extinderea conştiinţei dincolo de limitele spaţiotemporale obişnuite. Experienţele în afara corpului sunt frecvente. Anumiţi indivizi trăiesc sentimentul că sunt total detaşaţi de corpul lor fizic, că planează deasupra lor sau se observă dintr-un alt loc. Subiectul îşi pierde conştienţa situaţiei fizice a experienţei şi conştiinţa penetrează planurile empirice şi cele ale realităţii obiective, absolut independente de realităţile materiale. Apar percepţii extrasenzoriale evidente. În cazuri foarte rare experimentatorul este convins că poate controla acest fenomen pentru a transcende în limitele interspaţiale obişnuite şi a călători după voie în alte lumi. Iată un exemplu de călătorie în spaţiu din raportul unui psihiatru care ilustrează foarte bine natura acestor fenomene şi demonstrează dificultăţile pe care subiectul le întâmpina când încearcă să "joace" pe două planuri ale realităţii. *"Primele trei ore ale şedinţei mele cu LSD constau într-o bătălie fantastică dintre forţele Luminii şi Tenebrelor, era o minunată ilustrare a peisajului antic al lui Zend-Avesta (persan), care descrie luptele dintre armatele dintre Ahura – Mazda şi cele ale lui Ahriman. Acţiunea se desfăşoară sub toate planurile imaginabile, în ţesuturile şi celulele organismului meu, la suprafaţa planetei, traversând întreaga istorie. Am avut convingerea că această luptă la care asistam şi participam era ca o legătură între materie şi spirit, sau, mai exact, ca întemniţarea spiritului în materie. Mă voi descoperi în stare de spirit foarte curioasă în legătură cu acest război, voi încerca o senzaţie de seninătate şi bucurie, existenţa în credinţa naivă şi primitivă a creştinilor. Evoluam într-o lume în care miracolele erau posibile, acceptate şi înţelese. Eram preocupat de problema spaţiului şi timpului şi de paradoxurile insolubile ale infinitului şi eternităţii, care, într-o stare de conştiinţă normală, erau o sfidare a raţiunii. Nu ştiu cum m-am lăsat condiţionat să accept conceptul absurd al timpului unidimensional şi al spaţiului tridimensional. Limite pentru câmpul spiritual nu există. Timpul şi spaţiul nu sunt decât contrucţii arbitrare elaborate de om. E posibil de a crea şi de a cunoaşte deliberat spaţiile având diferite ordine de infinit. O secundă şi o eternitate sunt noţiuni interşanjabile.*

Aveam sentimentul că nu ţin seama de limitele temporale; eram liber să călătoresc într-un spaţiu continuu, fără vreo restricţie. Călătoream spre satul meu natal, pe o distanţă de mai multe mii de kilometri de sala de tratamente, vizualizam direcţia şi distanţa şi traversam spaţiul zburând cu o viteză impresionantă, dar, spre marea mea decepţie, nu ajungeam nicăieri. Imi era suficient că locul de experienţă era de fapt identic cu cel al destinaţiei mele. Mă voi regăsi într-un spaţiu incomod, încărcat cu tuburi vide, cabluri, rezistenţe şi condensatori. După acest moment de confuzie înţeleg că sunt înghesuit într-un receptor TV situat în apartamentul în care mi-am

petrecut copilăria. Mă forțam să utilizez difuzoarele pentru a auzi și tuburile catodice pentru a vedea. Această parodie simbolică însemna că mă ataşam întotdeauna în întâmpinarea vechilor mele convingeri privind spațiul și timpul. Înțelegeam că s-ar putea evolua pe plan spiritual liber, fără contrângere, peste viteza luminii, experiența modificându-se rapid. Traversam ecranul televizorului și mă plimbam prin apartamentul părinților mei. În acest stadiu nu resimțeam nici un efect al drogului și totul părea real. Mă îndreptam spre fereastră și priveam orologiul străzii; arăta o diferență de o jumătate de oră, în raport cu momentul experienței, ceea ce corespundea decalajului orar între cele două orașe. Treptat, m-am trezit într-o lume imaginară și am început să simt că mă pândește ceva riscant și periculos. Am simțit subit o existență misterioasă și neliniștitoare, ca un fel de forțe ale răului, un fel de magie neagră. Am analizat imagini din cazinourile celebre Monte Carlo, Lido din Veneția, Las Vegas, vedeam mici bile de fildeș ale unei rulete care se învârtea cu o viteză vertiginoasă, cărți de joc care erau înmânate jucătorilor. Posibilitatea de a transcende limitele spațiotemporale îmi apărea ca exaltantă și seducătoare. Nici un secret nu exista pentru controlul spațiului și timpului, aveam acces la toate întâlnirile oficiale și cunoșteam toate descoperirile științifice. Atitudinea mea față de rezultatul acestei experiențe era foarte ambiguu. Eram foarte încântat de capacitatea mea de a mă elibera de sclavia spațiului și timpului, dar eram conștient de gravitatea actului și de consecințele sale. Această experiență nu putea fi considerată ca o tentativă izolată de control voluntar al spațiului. Dacă voi obține confirmarea posibilității de manipulare a mediului fizic pe distanțe de mii de kilometri, tot universul meu se va prăbuși și mă voi regăsi într-o stare de profundă confuzie metafizică."

Sunt frecvente experiențele de telepatie. Subiectul este convins că poate citi în gândurile persoanelor prezente în sala de tratamente, sau că se pune în legătură cu creierul unor indivizi care trăiesc în alte puncte de pe glob. E vorba mai ales de o iluzie, decât de un fapt veritabil. Aceasta desigur nu este o regulă absolută. Anumite situații confirmă realitatea unor percepții extrasenzoriale pure. Punctual, un subiect LSD va descrie starea de spirit și emoțiile terapeutului sau a asistentului. Doi indivizi asistând la aceeași experiență și-au schimbat numeroase idei sau au trăit experiențe paralele, fără a comunica verbal. În astfel de cazuri cu totul excepționale un subiect LSD va afirma că a avut contact telepatic cu o persoană care nu participă la experiențe, dar a confirmat ulterior autenticitatea faptului. (Charles Tart, 1969)

5. Contracția spațială a conștiinței

În acest tip de experiențe conștiința individului pare a se învecina cu zone mai mici decât imaginea obișnuită a corpului. Este vorba de cunoașterea anumitor organe interne sau procese fiziologice care sunt inaccesibile stării de conștiință obișnuită. Subiecții au sentimentul de a se transpune în mod conștient în alte organe sau țesuturi organice. Unii observă acțiunea contracțiilor musculare, cardiace, deschiderea și închiderea ventricolelor inimii. Alții se identifică cu resorbția intestinală sau cu funcționarea altor organe. Mai mulți subiecți au recunoscut că s-au identificat cu neuronii propriului creier, cu globulele albe sau

roșii, cu epiteliul uterin sau cu celulele germinale. Experiențele de identificare cu un ovul sau cu un spermatozoid în momentul conceperii aparțin acestei categorii. Explorarea conștientă a nucleului celular sau a genelor în cromozomi, sentimentul de descifrare a propriului cod genetic sunt alte experiențe interesante. Aceste episoade ale conștiinței organice sunt însoțite deseori de intuiții concrete. Subiecții menționează informații referitoare la anatomie, histologie, fiziologie și chimie, depășind multe cunoștințe ale subiectului. Iată un extras dintr-o ședință cu un psihiatru care ilustrează foarte bine aceste categorii de fenomene :

"În acest stadiu nu mai trăisem încă secvențe mai stupefiante ; conștiința mea devenea din ce în ce mai nediferențiată și am început să trăiesc într-o stare de excitație pe care nu am mai cunoscut-o. Aveam impresia ca sunt propulsat peste spațiu și timp spre un obiect necunoscut. Înțeleg după un anumit timp, spre marea mea surpriză, că eram un spermatozoid și că impulsurile explozive rezultate erau produse de un mecanism biologic și transmise de-a lungul unui flagel deplasându-se cu mișcări vibratorii. Am înțeles că obiectivul meu numea ovulul. Eram incapabil să mă opun acestei curse, deși eram convins de absurditatea situației. Fiind un spermatozoid în căutarea ovulului, aveam conștiința tuturor proceselor implicate. Constatam chiar numeroase elemente suplimentare care avansau dincolo de ceea ce spiritul putea să-și imagineze în stare normală. Conștiința spermatozoidului era un microcosmos absolut autonom, un univers în sine. Am participat la toate procesele biochimice care intervin în nucleul plasmei. Mă recunoșteam într-o atmosferă nebuloasă a structurilor cromozomilor, a genelor individuale și ale moleculelor de AND. Genetica, biochimia, mitologia și istoria păreau intim legate și nu erau decât diverse fațete ale aceluiași fenomen. Acest microcosmos al spermatozoidului era simultan influențat și guvernat de forțe care modificau și determinau soarta rasei umane. Ele se prezentau ca forme ale câmpului de forțe Karmice, cosmobiologice și astrologice. Excitația și ritmul cursei creștea, astfel încât eu atingeam o foarte mare viteză. Apoi atingeam apoteoza, care se traducea printr-o implozie triumfătoare și o fuziune extatică împreună cu ovulul. În timpul cursei conștiința alterna între conștiința spermatozoidului și aceea a ovulului în așteptarea vagă dar imperioasă a evenimentului capital. În momentul conceperii, cele două unități de conștiință separate se reunesc și eu devin simultan cele două celule germinale. Cele două entități interpretau același moment în termeni de succes individual și de triumf comun. Ambele înțelegeau misiunea lor, spermatozoidul a imploziei, iar ovulul a încorporării. Ajungeam la un model ideal nu numai pentru complementaritatea principiilor masculin și feminin în planul relațiilor sexuale ; dar și în situațiile interpersonale în general. Obiectivul esențial este de a organiza instanțele, în așa fel încât toate părțile implicate să considere rezultatul ca un succes personal. După fuziunea celulelor germinale experiența continuă în același ritm infernal. Trăiam embriogeneza într-un mod condensat și accelerat. Eu mă bucuram permanent de conștiința totală a proceselor biochimice, a diviziunilor celulare și creșterii țesuturilor. Asistam la diferențierea țesutului și la formarea noilor organe. Aveam certitudinea desăvârșirii dezvoltării fetale. Un nou sentiment de

succes individual şi de triumf al puterii creatoare mă încerca. Eram convins că în marea cursă la care au participat mii de spermatozoizi eram singurul invingător."

6. Extensia empirică dincolo de cadrul realităţii obiective

Experienţe cu spirite şi experienţe mediumnice

Aceste experienţe destul de rare se referă la apariţia unor spirite aşa cum sunt descrise în literatura ocultă. Unii subiecţi LSD intră într-o stare vecină cu transa mediumnică (similar cu transa şamanică). Expresia feţei se modifică în mod frapant. Atât atitudinea, cât şi gesturile par stranii şi vocea se alterează spectaculos. Unii vorbesc limbi străine, practică o serie automatică şi desene stranii, neinteligibile. Alţii trăiesc întâlniri cu corpuri astrale şi cu persoane decedate şi întreţin cu ele comunicări extrasenzoriale. În aceste experienţe se descriu lucrări medievale şi de antropologie care se referă la practici şi credinţe religioase din alte culte. Redăm un extras din terapia Danei, o pacientă nevrozată. *"Dana a trăit un episod traumatizant extrem de penibil din copilăria sa. Tatăl său a fost spitalizat mai mulţi ani într-un institut psihiatric, suferind de o psihoză gravă. Ea avea 10 ani, când acesta a avut o hemoragie cerebrală şi când spitalul i-a autorizat intrarea la el, în pragul morţii. Dana a asistat la decăderea şi la agonia lui.*

În cursul unei şedinţe a regresat până în acea perioadă a vieţii sale; ea se concentra înainte de a vedea scena, se identifica cu tatăl sau şi se confrunta cu suferinţele care precedau moartea fizică. Tatăl şi fiica au transcens limitele care separau viaţa de moarte, în această unitate dualâ cu totul deosebită. O criză de panică absolut incontrolabilă a cuprins-o; noi nu am putut comunica cu ea timp de două ore. A relatat că după ce a trecut pragul morţii a pătruns într-un univers străin şi înspăimântător. Un eter fluorescent, de natură macabră, plutea peste tot. Îi era imposibil să constate dacă acest univers era finit sau infinit. O gloată de suflete pluteau în acest eter şi era un climat tulburător de suferinţă şi excitaţie. Defuncţii îi adresau mesaje neverbale prin canale extrasenzoriale de neidentificat. Atitudinea ameninţătoare o informa că ei cereau ceva de la ea. Obiectivitatea şi realitatea situaţiei depăşeau imaginaţia ei, introducând-o în stare de eroare metafizică de nedescris. Tatăl ei era prezent şi evolua în corpul său astral. Era incapabilă de a comunica cu terapeutul, dar asta nu avea nici o importanţă. Era convinsă că terapeutul nu ştie mai multe decât ea despre această lume astrală şi că nu o putea ajuta" (similar R. Moody, 1975).

Întâlniri cu entităţi spirituale supraumane

Tema veche a întâlnirii cu conducători, maeştri şi protectori spirituali este una din experienţele transpersonale. Subiecţii percep aceste fiinţe ca fiind entităţi supraomeneşti care există deasupra planurilor conştiinţei şi la nivele de energie superioară. Ghizii spirituali sunt adesea o radiantă sau o sursă de energie cu sau fără vibraţii concomitente de înalta frecvenţă; individul nu face decât să simtă prezenţa lor şi să le recepţioneze mesajele şi explicaţiile prin canale extrasenzoriale diverse. Subiectul conservă identitatea sa şi disocierile entităţilor spirituale de propria lor personalitate. Unii experimentează gradul de fuziune până la identificarea totală. Scopul

intervenţiei acestor ghizi spirituali este foarte variabil în anumite cazuri în ceea ce se petrece, sau le dau diverse sfaturi. În alte cazuri îi ajută să parcurgă experienţe dificile, precum Virgile din Divina Comedie a lui Dante. Ei îi susţin intelectual şi spiritual şi le crează ecrane de energie pozitivă pentru a-i proteja de influenţele distructive ale unor entităţi malefice. Ghizii nu se fac întotdeauna cunoscuţi, dar individul recunoaşte adeseori în ei aspecte ale fiinţei sale supreme sau manifestări ale unor figuri religioase des încarnate (Rama Krinshna, Sri Aurobindo, Ghandi sau Iisus Hristos). Fenomenologia acestor cateogorii de experienţe au făcut obiectul unei cărţi de John C.Lilly "The Center of the Cyclon", New York, The Julian Press, Inc. 1972.

Experienţe cu alte universuri şi întâlniri cu locuitorii lor

Lumile străine şi stranii pe care subiecţii LSD le explorează au o realitate aparte, care depăşeşete cadrul cosmosului nostru. Indivizii întâlnesc entităţi dotate cu forme fizice complexe şi procese metabolice şi fiziologice absolut diferite de ale noastre. Aceste creaturi sunt inteligente, dar caracteristicile lor ideatice şi emoţionale nu seamănă cu nimic din ceea ce cunoaştem noi. Mulţi subiecţi LSD menţionează contacte sau întâlniri cu ozn-uri, alţii afirmă despre vizite în părţi foarte îndepărtate ale universului nostru şi despre experienţe siderale, în dimensiuni sau lumi paralele. După ce au trăit aceste aventuri cosmice extraordinare, subiecţii au relatat cele mai ingenioase istorii S.F., niciodată scrise.

Experienţe arhetipale şi secvenţe mitologice complexe

Un grup important de experienţe transpersonale reunesc fenomene pe care C.G. Jung le codifica drept imagini primordiale, dominante ale inconştientului colectiv sau arhetipuri. Dacă subiectul era sau nu familiarizat cu ideile lui Jung nu influenţează deloc conţinutul acestor experienţe. În sensul său cel mai larg, termenul de arhetip este aplicat la toate configuraţiile statice, ca şi la evenimente dinamice din psyche, care prezintă un caracter transindividual şi o calitate universală. Un subiect LSD se identifică total cu următoarele arhetipuri: Martirul, Evadatul, Despotul Luminat, Titanul, Nebunul, Bunul Samaritean, Bătrânul Înţelept, Avarul, Ascetul sau Sihastrul. Aceste experienţe sunt foarte apropiate de acelea referitoare la conştiinţa de grup. Asimilarea la un grup îi cere subiectului să se identifice simultan cu toţi membrii care îl constituie. Aceste experienţe care prezintă concepte personificate de roluri implicate reflectă diverse niveluri de abstractizare şi diverse grade de generalizare. Unele din modelele cele mai universale îl forţează pe subiect să se identifice cu roluri de Mamă, Tată, Copil, Femeie, Soţ sau Amant. Mulţi dintre ei sunt socializaţi, aşa cum atestă arhetipurile jungiene, de Mama mare, Mama teribilă, Mama pământului, Mama natură, Marele hermafrodit sau Omul cosmic. Arhetipurile care reprezintă anumite aspecte ale personalităţii subiectului, precum Umbra, Sufletul, Persona, apar curent. Sunt menţionate şi imagini despre Îngerul de Aur sau Îngerul Tenebrelor. Subiecţii trăiesc secvenţe complexe sau teme legendare, mitologice sau miraculoase. Unele sunt simple: frumoasa mama cea rea, frumoasa fiica supusă, fratele bun şi fratele rău sau marea dragoste ameninţată de intrigi şi împrejurări nefericite. Alţii sunt mai originali: mitul dominaţiunii eterne din relatările lui Tantal, Sisif, Prometeu; tema naşterii sau morţii eroilor, legende despre ambiţia

oamenilor şi setea lor de cunoaştere (Icar, Faust, etc.) sau mitul supereroilor condamnaţi la morţi dificile. Indivizii puţin cultivaţi trăiesc secvenţe care se referă la teme mitologice din Mesopotamia, India, Egipt, America Centrală sau alte regiuni. Aceste observaţii verifică descrierile lui C.G Jung, referitoare la apariţia temelor arhetipale relativ putin cunoscute de către pacienţi fără erudiţie şi la visele din copilărie, dar a căror simptomatologie trădează schizofrenia.

Experienţe despre întâlniri cu diverse zeităţi

Într-un sens strict jungian întâlnirile sau identificările cu diverse zeităţi trebuie să fie considerate ca experienţe arhetipale. Profesioniştii familiarizaţi cu teoriile lui Jung care participă la experienţele LSD disting arhetipuri care se exprimă sub forma de prototipuri universale care fac să intervină zeităţi concrete, legate de civilizaţii specifice. Subiecţii cunosc deseori zeii sau demonii cu care se întâlnesc, ei sunt în stare să îi numească şi să-i aşeze pe fiecare la o altă tradiţie. Unii dau descrieri detaliate ale viziunilor lor, alţii oferă doar descrieri de identificare culturală. Terapeutul este atunci tentat să obţină maximum de informaţie şi să evalueze gradul de precizie al intuiţiilor. În ciuda eforturilor combinate ale pacientului şi terapeutului, nu este întotdeauna posibil ca acesta din urmă să identifice viziunile subiectului. Cea mai mare parte a zeităţilor care se arată în cursul şedinţelor LSD intră în două categorii distincte: prima categorie le cuprinde pe acelea care sunt asociate forţelor luminii şi binelui; a doua regrupează zeităţile tenebrelor şi răului. Zeităţile binevoitoare sunt adesea reprezentate prin: Isis, şi Osiris, Ahura Mazda, Apollon, Boddisattva şi Crishna; printre zeităţile malefice sunt: Set, Hades, Ahriman, Kali, Moloch, Astarte, Huitzilopochtli sau Satan. (V.Kernbach, 1995). Aceste divinităţi apar pentru prima oară în timpul fazei prenatale în timpul şedinţelor LSD. Imaginile zeităţilor reprezentând forţele tenebrelor sunt asociate cu angoasa din MPF II şi III; divinităţile binevoitoare sunt însoţite de trăiri extatice din MPF I şi IV. Aceste imagini se manifestă fie sub forma viziunilor statice, fie sub formă de elemente ale unor secvenţe mitologice. Subiecţii asistă deseori la drame cosmologice, cum ar fi întâlnirea între forţele lui Ahriman şi Ahura Mazda, războiul dintre zei şi titani, căderea lui Lucifer şi a altor îngeri decăzuţi, diverse versiuni ale creaţiei lumii, Potopul biblic şi Judecata de Apoi. Subiecţii confruntaţi cu divinităţile au reacţii emoţionale vii, mergând de la încântarea extatică şi bucuria divină până la teroarea metafizică şi la sentimente de nebunie. Majoritatea indivizilor nu au, cu toate acestea, sentimentul de a se afla în prezenţa Fiinţei Supreme sau "Forţei Absolute" ale acestui univers.

Înţelegerea intuitivă a simbolurilor universale.

Viziunile asupra diverselor simboluri universale constituie o parte importantă a conţinutului şedinţelor LSD. Ele se manifestă izolat sau în asociaţie cu alte tipuri de fenomene transpersonale. Experienţele care îl pun pe subiect în contact cu simbolistica universală îi acordă posibilitatea unei înţelegeri intuitive ale nivelurilor semnificaţiei ezoterice ale acestora. Numeroşi indivizi vor avea viziuni de compoziţii geometrice complexe alternând în mod curios cu mandale orientale; unii vor fi în stare să le reproducă şi să ofere explicaţii foarte precise asupra

desenului lor. Se întâmplă frecvent ca persoane ignorante în domeniul literaturii orientale sau mistice să ofere interpretări verificabile ale textelor hermetice. Simbolurile recurente sunt: crucea, steaua lui David, zvastica indo-iraniană, crucea cu toartă din Egipt, floare de lotus, yin şi yang, simbolul falic sacru la indieni (Shiva), diamantul şi alte bijuterii, roata morţii şi renaşterea buddistă şi cercul (reprezentat adesea prin arhetipul şarpelui gigant Uroboros, care îşi muşcă propria coadă). Am văzut deja că şedinţele LSD le permit deseori subiecţilor să înţeleagă sistemele de gândire esoterică. Indivizii care nu au auzit niciodată de Kabala au trăit experienţe descrise în Zohar şi interpretează spontan simboluri cabalistice. Alţii percep semnificaţia transcendentală a numerelor şi ajung la concluzii care evocă algebra şi numerologia pitagoreică. Subiecţii care privesc cu suspiciune astrologia şi afişează o atitudine transcendentă faţă de alchimie au descris importanţa semnificaţiilor metafizice a acestor simboluri.

Activarea Chakrelor şi trezirea Puterii Şarpelui (Kundalini)

Chakras - termen sanskrit însemnând "roţi". Marchează centrele ipotetice ale radiaţiei energiei primare sau suflul vital - hrana, corespund în parte anumitor niveluri ale coloanei vertebrale şi anumitor organe. Cele mai frecvente sunt următoarele 7 chakre:

1. Chakra rădăcina (Mūladhāra)
2. Chakra sacrală (Svādhisthāna)
3. Chakra plexului solar (Manipūra)
4. Chakra inimii (Anāhata)
5. Chakra laringelui (Viśuddha)
6. Chakra frontală (Ājnā)
7. Chakra coronală (Sahasrāra)

Fluxul-prana-este dirijat printr-un canal central (Sushumna) şi două canale laterale (Ida şi Pingala). Numeroase experienţe transpersonale prezintă o asemănare frapantă cu fenomene descrise de diverse şcoli Kundalini - Yoga, ca fiind semnele activării şi deschiderii chakrelor individuale. Subiecţii care posedă o anumită cunoaştere a religiilor indiene fac deseori referiri la Puterea Şarpelui, a diverselor chakre şi a anumitor practici tantrice. Cum am mai spus deja, aceste experienţe sunt la fel trăite de indivizii care nu au nici un fel de cunonştinţe despre aceste probleme. Subiecţii se referă la chrake, furnizând o cartografie a psihicului uman. O experienţă extraordinară se produce în cursul şedinţelor LSD mai avansate. Este vorba de trezirea lui Kundalini în partea sacră a coloanei vertebrale şi a fluxului ascendent al energiei spirituale care este însoţită de o activare serială a chakrelor. Acest proces provoacă o experienţă transcendentală profundă, de natură exotică şi integrantă, legată de chakra supremă: Lotusul cu mii de petale.

La prima conferinţă internaţională consacrată fenomenului yoga ştiinţific de la New Delphi (1971), Grof a făcut o expunere asupra paralelelor dintre experienţele LSD şi religiile indiene. În urma pasionantei dezbateri care a urmat, participanţii au fost de acord asupra unui anumit punct: dintre toate sistemele yoga, sistemul Kundalini - Yoga ar avea cele mai multe puncte comune cu terapia LSD. Aceste două tehnici favorizează o eliberare instantanee şi enormă de energie, producând trăiri profunde şi spectaculoase într-un timp relativ scurt. În

acelaşi timp ele implică şi cele mai mari riscuri, deoarece pot conduce la pericole dacă nu sunt practicate alături de un ghid prudent, responsabil.

Conştiinţa Spiritului Universal

Identificându-se cu Spiritul Universal individul are sentimentul de a fi asimilat totalitatea existenţei, de a fi atins cunoaşterea mai profundă şi de a se confrunta cu principiul suprem şi ultim : esenţa întregii Fiinţe. El a transcens iluziile materiei, spaţiului, timpului şi unei infinităţi de alte realităţi subiective şi le-a redus la acel mod unic al cunoaşterii, care este sursa şi numitorul lor comun. Această experienţă este nelimitată, inconfundabilă şi inefabilă : este principiul aceleiaşi existenţe. Comunicarea verbală şi structura simbolică a limbajului nostru cotidian par inadecvate pentru a traduce natura şi calitatea sa. Experienţa lumii fenomenologice şi a stărilor obişnuite ale conştiinţei sunt aspecte foarte limitate, care relevă ideosinteza conştiinţei, a spiritului universal. Această ideaţie depăşeşte întreaga înţelegere raţională. Indivizii găsesc răspuns absolut la toate întrebările. Pentru a înţelege natura acestei experienţe se cere să ne raportăm la conceptul de Sat-Chit-Ananda în textele filosofice şi religioase din India. Acest termen sanskrit este compus din trei rădăcini : sat-care înseamnă fiinţă sau existenţă, chit-conştiinţă sau intelect şi ananda-beatitudine. Acest principiu pur şi absolut se caracterizează printr-o cunoaştere şi o beatitudine infinită. Întreaga descriere se reduce, din nefericire, la a recurge la cuvinte pe care noi le asociem cu fenomenele lumii tridimensionale, pe care le cunoaştem, deci ele sunt inapte pentru a traduce esenţa acestui principiu transcendental. Subiecţii care au trăit aceste experienţe au sugerat adesea că limbajul poeţilor, cu toate imperfecţiunile sale, pare a fi mai adecvat pentru descrierea acestor experienţe. Se înţelege de ce înţelepţii şi maeştrii spirituali au utilizat poezia, parabolele şi metaforele pentru a comunica viziunile lor transcendentale. Experienţa conştiinţei Spiritului Universal se apropie de cea a unităţii cosmice descrisă anterior. Ea se singularizează prin percepţiile intuitive ale procesului de creaţie a lumii fenomenale aşa cum o cunoaştem prin conceptul buddist referitor la roata morţii şi renaşterii. Subiectul este pătruns de sentimentul temporar sau durabil de a fi atins înţelegerea globală, nonraţională şi trans-raţională a problemelor ontologice şi cosmologice fundamentale care îl obsedează.

Vidul Supra- Cosmic şi Metacosmic

Este vorba de experienţa Vidului supra - cosmic şi metacosmic al neantului primordial al surselor şi leagănelor întregii existenţe : "supremul necreat inefabil". Termenii de supra-cosmic şi metacosmic se referă la faptul că vidul pare a fi deodată supraordonat şi subdiacient faţă de lumea noastră. El se situează dincolo de timp şi spaţiu, dincolo de formă şi de diferenţiere, dincolo de dualităţi ca bine şi rău, lumină şi întuneric, stabilitate şi mişcare, angoasă şi extaz. Vidul implică, de asemenea, transcenderea conceptului ordinar de cauzalitate. Anumiţi subiecţi au confirmat că au asistat la emergenţa lui Sat - Chit - Ananda din Vid, iar alţii, dimpotrivă, au asistat la întoarcerea sau dispariţia sa în Vid. Faptul că "ceva" se produce fără cauză prealabilă nu era niciodată repus în chestiune de subiectul care trăia o astfel de experienţă. Tot paradoxal, Vidul şi Spiritul Universal sunt percepute ca fiind asemănătoare şi interşanjabile, după voie ; ele nu sunt decât două aspecte ale aceluiaşi fenomen. Vidul pare a umple formele subtile ale spaţiului universal şi, totuşi, sunt resimţite ca absolut vide.

7. Semnificaţia experienţelor transpersonale în cadrul unor psihopaţi LSD

Experienţa de încarnare, în trecut nerezolvată în cursul şedinţei LSD, exercită un efect foarte puternic în perioada post-şedinţă. Consultul specific al Karmei influenţează percepţia persoanei însăşi a vieţii sale actuale şi a mediului său social ; conţinutul experienţei propriu-zise modifică subiectului comportamentul. Dacă am rezolvat Karma în cursul experienţei LSD, urmează transformări benefice, atât pe plan personal cât şi relaţional. O astfel de înviorare procură subiectului o lărgire a orizontului său şi o nouă înţelegere a problemelor sale interpersonale şi situaţionale. Aceste schimbări se referă la împrejurări în care individul nu a putut juca nici un rol şi pe care nu a putut să le influenţeze direct. Deseori viaţa lor corespunde perfect cu Karma evocată, aceste coincidenţe curioase se referă la experienţele de încarnări trecute, ceea ce ne-a dus să ne gândim la conceptul jungian de sincronicitate (Jung - 1952). Impactul experienţei de unitate dual cu alte persoane subzistă deseori şi se exprimă printr-o simpatie, empatie şi dragoste profundă. Influenţe benefice se observă şi în urma experienţelor arhetipale : subiectul devine convins că îşi poate controla gândurile, emoţiile şi comportamentul propriu. Numeroase experienţe transcendentale îl obligă pe subiect să-şi modifice sistemul de valori, atitudinile şi interesele. Astfel, experienţele conştientului colectiv şi rasial produc adesea o sensibilitate crescută faţă de problemele altui grup cultural, ceea ce favorizează o apreciere reală a religiei grupului, a artei şi filosofiei sale. Elementele conştiinţei animale şi vegetale trezesc în subiect o dragoste faţă de natură şi conştientizarea problemelor ecologice. Experienţele transcendentale profunde (activarea Kundalini, conştiinţa spiritului universal sau al Vidului cosmic) au un efect benefic asupra sanătăţii fizice şi psihice, dar îi dezvoltă totodată subiectului un interes acut pentru toate problemele religioase, mistice şi profunda dorinţă de a le integra vieţii sale într-o dimensiune spirituală.

8. Experienţele transpersonale şi psihiatria contemporană

Nu este sigur la prima vedere că ştiinţele comportamentului şi sănătăţii mentale se găsesc confruntate cu experienţele transpersonale. Terapia LSD nu este singurul cadru în care au fost observate, unele din aceste experienţe fiind cunoscute de secole. Textele sacre ale tuturor marilor religii ale lumii, documente, manuscrise ale numeroaselor secte şi mişcări religioase le descriu. Ele au jucat un rol important în stările vizionare ale sfinţilor, misticilor şi maeştrilor religioşi. Etimologiile şi antropologiile le-au observat în ritualuri sacre ale aborigenilor din Australia, în misterele sacre, în diferitele practici de tămăduire ale vracilor indieni, în riturile multor culturi. Psihiatrii şi psihologii au văzut fenomene transpersonale, fără a le identifica şi a le denumi, în cursul practicii lor cotidiene cu numeroşi pacienţi psihotici, în particular schizofreni. Istoricii, teologii, antropologii şi psihologii experimentaţi cunosc existenţa unor serii de tehnici vechi şi moderne care favorizează experienţele transpersonale. Este surprinzător să constatăm că, în ciuda frecvenţei acestor fenomene şi a importanţei lor pentru nume-

roase sectoare ale activităţii umane, puţine tentative serioase au fost de a le încorpora în teoria şi practica psihiatriei şi psihologiei contemporare. Sunt fenomene rare, greu de controlat, nediferenţiate.

Alţi oameni de ştiinţă sunt serios interesaţi de studiul anumitor aspecte ale planului transpersonal şi se străduiesc să dea explicaţii şi conceptualizări teoretice. Ei au explicat experienţele transpersonale în funcţie de paradigmele vechi. Au redus explicaţiile la fenomenele psihodinamice determinate de biografia pacientului. Astfel, experienţele intrauterine şi elementele lor perinatale care izvorăsc din visele pacienţilor sau în cursul asociaţiilor libere au fost tratate ca singurele fantasme, sentimentele religioase au fost explicate în termeni de conflicte nerezolvate de către autoritatea parentală; experienţele de unitate cosmică au fost interpretate ca indicii ale narcisismului infantil primar; anumite imagini arhetipale sunt înţelese ca reprezentări simbolice ale imaginii mamei sau tatălui, experienţele de reîncarnare ca o reacţie faţă de frica de nepermanenţă şi de moarte sau ca un fantasm compensator care reflectă instastisfacţia individului cu privire la diverse aspecte ale vieţii.

Doar câţiva psihologi au recunoscut importanţa şi interesul pentru experienţe transpersonale care au fost considerate ca fenomene cu totul speciale. Ei au înţeles valoarea şi semnificaţia lor euristică pentru o nouă înţelegere a subconştientului, a potenţialului uman şi a naturii omului. Citâm printre alţii: William James, Roberto Assagioli, Carl Gustav Jung, şi Abraham Maslow. Aceştia manifestă neîncrederea în tehnicile şi explicaţiile freudiene. Ei consideră că lucrările lui Carl Gustav Jung sunt o sursă inepuizabilă de informaţie cu privire la cultura umană.

9. Natura multidimensională a experienţelor LSD

Conţinutul şedinţelor LSD este întotdeauna foarte specific pentru subiect şi exprimă printr-o dramatizare simbolică problemele sale psihofiziologice, emoţionale, intelectuale, filosofice şi spirituale ale epocii în care se derulează şedinţa. Aceste observaţii sunt evidente pentru şedinţele psihodinamice dar personale, ca şi în structurile arhetipale sau reîncarnări. Toate aceste elemente au o semnificaţie imediată pentru subiect ca entitate psihologică şi socială complexă şi sunt legate de viaţa sa actuală.

LSD este un fel de radar interior care permite să se sondeze inconştientul, să identifice zonele de tensiune afectivă şi să se scoată la suprafaţă. Fenomenologia experienţelor LSD reflectă problemele cheie ale subiectului şi expune originile, dificultăţile sale emoţionale pe planuri psihodinamice, prenatale şi transcendentale.

Reacţia LSD este de o infinită complexitate şi conţine o diversitate de variabile şi determinante susceptibile de a avea o influenţă (factori care modifică reacţia LSD):

- Stimuli din mediu şi elementele cadrului de experimentare;
- Condiţia vieţii actuale;
- Istoricul vieţii individului;
- Prima copilărie şi copilăria;
- Naşterea biologică şi perinatală;
- Existenţa embrionară şi fetală;
- Surse transindividuale, transpersonale şi transumane.

O pacientă redă în desen trăiri care trădează o deformare monstruoasă şi blasfematorie a celor mai religiose şi sacre teme, pe care le contaminează cu elemente biologice "obscene". Pacienta a fost asaltată de astfel de imagini în cursul unei şedinţe LSD în care retrăia experienţele traumatizante din copilărie şi elemente ale traumatismului naşterii.

Elementul spiritual simbolizat de Iisus se înalţă deasupra elementelor biologice (stomac, intestine, organe sexuale, embrioni umani, etc.) şi se separă de acestea. Mâinile pacientei se întind spre Soarele Negru, realitatea internă situată în "Lumea de apoi" a lui Hristos .

Epilog
(La Realms of the Human Unconscious, 1975)

"Am transgresat limitele gândirii tradiţionale şi convenţionale, fiind convins că pot abandona vechile metode şi concepte care sunt incomplete, nesatisfăcătoare şi nedefinite." (S. Grof, 1975)

Semnificaţia observaţiilor LSD transcende cadrul pishiatriei şi psihologiei şi se extinde în alte discipline ştiinţifice. A preciza şi a evalua toate implicaţiile şi consecinţele descoperirilor în ansamblul lor depăşeşte capacitatea a unui singur individ. Studiul detaliat al fenomenelor psihedelice va necesita o muncă sistematică si pe termen lung, realizată de o echipă care să conţină specialişti din diverse discipline: psihologie, psihiatrie, neurofiziologie, neurofarmacologie, fizica modernă, zoologie, etologie, genetică, medicină (obstetrică şi ginecologie), istoria artei, teologie, filosofie şi studiul comparativ al religiilor şi mitologiilor.

10. Rezumat

- Caracterizare generală: experienţele transpersonale implică o extensie a Cs. dincolo de limitele obişnuite ale Ego-ului şi dincolo de graniţele timpului şi spaţiului.
- Clasificarea experimentală a experienţelor transpersonale (cf. S. Grof, 1975):
  I. Expansiunea Empirică a cadrului "Realităţii obiective"
  A) Expansiunea temporală a Cs.
  - experienţe embrionare şi foetale;
  - experienţe ancestrale;
  - experienţe colective şi rasiale;
  - experienţe filogenetice;
  - experienţe de încarnări trecute;
  - prescienţe, clairvoyance, clairaudience şi călătorii în timp.

  B) Expansiunea spaţială a Cs.
  - transcenderea Ego-ului şi experienţa unităţii duale;
  - identificarea cu alte persoane;
  - identificarea şi Cs. de grup;
  - identificarea cu animale;
  - identificarea vegetală;

- unitatea cu viaţa şi cu ansamblul Creaţiei ;
- Cs. materiei organice ;
- Cs. planetară ;
- Cs. extraplanetară ;
- experienţe în afara corpului, telepatie ;

C) Contracţia spaţială a Cs.

II. Expansiunea empirică dincolo de cadrul "realităţii obiective"

- experienţe cu spirite şi experienţe mediumnice ;
- întâlniri cu entităţi spirituale supraumane ;
- experienţe cu alte universuri şi întâlniri cu locuitorii lor ;
- experienţe arhetipale şi mitologice ;
- experienţe despre întâlniri cu zeităţi ;
- înţelegerea intuitivă a simbolurilor universale ;
- activarea chakrelor şi trezirea puterii şarpelui Kandalini ;
- Cs. spritului universal ;
- Vidul supra şi metacosmic.

- Semnificaţia experienţelor transpersonale (Apud S. Grof, 1975)

Experienţele transpersonale produc asupra subiecţilor o înviorare energetică şi o lărgire a orizontului lor cognitiv, o nouă înţelegere a problemelor proprii sau a relaţiilor interpersonale. Subiecţii îşi modifică sistemul de valori, atitudinile şi interesele. Experienţele profunde (activarea Kundalini sau Cs. Spiritului Universal) au un efect benefic asupra sănătăţii fizice şi psihice.

- Experienţele transpersonale şi psihiatria contemporană.

Unii psihiatri au explicat experienţele transpersonale în funcţie de paradigmele vechi: experienţele intrauterine au fost tratate ca fantasme, sentimentele religioase drept conflicte nerezolvate de autoritatea parentală; experienţele de unitate cosmică au fost interpretate ca indicii ale narcisismului infantil, anumite imagini arhetipale ca reprezentări simbolice ale imaginii mamei sau tatălui; experienţele de reîncarnare ca o reacţie faţă de frica de moarte sau ca un fantasm compensator. Există neîncredere în tehnicile şi explicaţiile lui S. Freud. Mai plauzibile sunt lucrările lui C.G. Jung.

- Natura multidimensională a experienţelor LSD

LSD este un radar interior al problemelor cheie. Reacţia LSD este de o infinită complexitate şi conţine o diversitate de variabile :

- Stimuli din mediu ;
- Condiţia vieţii actuale ;
- Prima copilărie ;

- Naşterea biologică ;
- Existenţa embrionară şi foetală ;
- Surse transinviduale, transpersonale şi transumane.

Semnificaţia experienţelor transpersonale depăşeşte cadrul psihologiei şi psihiatriei. Sunt necesare abordări pluri şi transdisciplinare : neurofiziologie, fizică modernă, genetică, biologie, medicină, istoria artei, teologie, religie, mitologie, alchimie, etc.

BIBLIOGRAFIE

Stanislav Grof - Realms of Human Unconscious, New York, Viking, 1975 ;
D.T. Suzuki - Mysticism, Christianism and Buddhism, London, Allen & Unwin, 1988 ;
Carlos Castaneda – "Al doilea cerc de putere", RAO International Publ. Co, 1997 ;
Richard M. Bucke - Cosmic Consciousness, New York, E.P. Dutton & Co. 1969 ;
I. Mânzat – "Psihologia transei şamanice", Bucureşti, Editura Aldomar, 1999 ;
I. Mânzat-coord –"Psihologia Sinelui. Un pelerinaj spre centrul Fiinţei ", Bucureşti, Editura Eminescu, 2000 ;
Charles Tart - Altered States of Consciousness, New York, John Wiley, 1969 ;
Raymond Moody- Life after life, Atlanta, Bantam, 1975 ;
John C. Lilly - The Center of the Cyclon, New York, The Julian Press, 1972 ;
Victor Kernbach – "Dicţionar de mitologie generală", Bucureşti, Albatros, 1995 ;
Carl Gustav Jung "În lumea arhetipurilor", Bucureşti, Ed. Jurnalul literar, 1994
Carl Gustav Jung - Syncronicity – an Acausal Connecting Principle, London, 1987 ;
William James – "Tipurile de experienţă religioasă", Cluj, ed. Dacia, 1998 ;
Roberto Assagioli - Transpersonal Development. The Dimension Beyond Psychosynthesis, Aquarian/Thorsons, 1991 ;
Sri Aurobindo – "Bazele sistemului yoga", Cluj, Ed. Dacia, 1995 ;
Abraham Maslow - Toward a Psychology of Being, New York, D.M.Clelland, 1961.

X. SINELE TOTAL (cf. Stanislav Grof)

1. Psihoterapia reîncarnării prin hipnoză regresivă – în Europa
2. Raymond Moody –bizarul profesor din Virginia
3. Psihotanatologia (S. Grof & Joan Hallifax Grof)
4. Selful total
5. Practica respirației holotropice
6. Înțelepciunea arhaică și știința modernă (S. Grof, 1984)
7. Rezumat
8. Bibliografie

1. Psihoterapia reîncarnării prin hipnoză regresivă

Hipnoza este o stare indusă, asemănătoare cu somnul dar, în acelaşi timp, diferită de acesta din punct de vedere neurofiziologic, stare caracterizată prin sugestibilitate crescută, provocând o serie de modificări senzoriale, perceptive, mnezice şi motorii. Există şi autohipnoză, în cazul în care starea de sugestibilitate selectivă este produsă de subiectul însuşi. S. Grof a folosit o specie de autohipnoză regresivă combinată cu tehnici zen, în care este păstrată o anumită luciditate selectivă care îi permite subiectului să facă relatări verbale cu sens.

Cu unii subiecţi, S. Grof a obţinut şi rezultate greu de explicat prin concepte şi metode ştiinţifice, ca de pildă retrăirea unor vieţi anterioare, ceea ce vine să confirme, pe baze experimentale, teoria reîncarnărilor succesive pe care o cunoaşte din filosofia şi mistica orientală, dar în favoarea căreia argumentează şi alte experimente de regresie temporală efectuate sub hipnoză (B. Weiss, 1992).

Psihoterapia reîncarnării, care s-a dezvoltat în urma cercetărilor transpersonale ale lui S. Grof, transpune pacienţii în mai multe planuri. În "planul 3" pacientul în transă trece încă odată experienţial, prin procesul naşterii sale, de la fecundarea ovulului până la expulzarea din uter a fătului. El este confruntat cu moartea şi trăieşte "eliberarea" în naşterea sa din nou. Această "renaştere" (vulgo: "reîncarnare") este fenomenul cel mai controversat al psihologiei transpersonale. Pacientul în stare de hipnoză este condus regresiv până dincolo de momentul naşterii sale, în existenţa intrauterină, iar apoi într-o existenţă anterioară concepţiei. Metoda a fost aplicată pe sute de pacienţi care susţin că există suferinţă psihică cu etiologie prenatală şi că această suferinţă poate fi vindecată numai prin anamneză, prin regresie de vârstă, prin retrăire explicită sau simbolizată şi prin reintegrarea în conştiinţa actuală a evenimentelor dramatice din presupusa viaţă anterioară care a lăsat sechele. La psihopatul vindecat cu metode transpersonale, sechelele experienţei negative, provenind dintr-o viaţă anterioară sau din perioada perinatală, dispar. Culpabilitatea iraţională, angoasa, nu se mai manifestă ca factori patogeni. Alergiile, hiperponderabilitatea maladivă, epilepsia, alcoolismul sunt vindecate.

Reinhold Ruthe (1988) arată că în Germania ar exista cel putin o mie de psihoterapeuţi care practică vindecarea prin hipnoză, cu incursiuni biografice prenatale în scopul eliberări pacienţilor de traume şi sechele traumatice dobândite în "existenţe anterioare". "Noi conştientizăm încarnările - declară Thorwald Dethlefsen (1988), cel care a introdus "terapia reîncarnării" în Germania - nu pentru că am considera ca important sau captivant ce a fost pacientul în viaţa sa anterioară, ci folosim reîncarnările pentru că la ora actuală nu cunoaştem un mijloc mai bun pentru atingerea scopului terapiei". (I. Mânzat, 1999).

Ca o dovadă că psihologia transpersonală este o construcţie care are premise în psihologiile orientale (I. Mânzat şi Radu Al.Lucian, 2002) este izbitoarea sa asemănare cu buddhismul. După cum remarca M. Eliade (1993, p.160-163), problema lui Buddha era "ieşirea din Timp", accesul la necondiţionat. Călugării buddhişti, ca şi brahmanii se străduiau să-şi reamintească existenţele lor anterioare.

"Acela al cărui spirit este concentrat, purificat, limpezit, îşi întoarce

spiritul către cunoaştere prin amintirea reşedinţelor anterioare. El îşi aduce aminte de diferitele reşedinţe precedente, de o existenţă, de două existenţe, trei..., patru ...,cinci...cincizeci...,o sută ... , o mie ..., o sută de mii de existenţe ...,de mai multe perioade de creaţie şi de distrugere. (Majhimanikaya, I, 22 şi următ.)"

Din cunoaşterea vieţilor anterioare, buddhiştii desprind noţiunea de eternitate. În textele buddhiste scolastice ni se dau lămuriri mai precise asupra tehnicii utilizate. Este vorba de a porni dintr-un moment precis, cel mai apropiat de clipa prezentă şi a străbate timpul de-a-ndoaselea, pentru a atinge ad originem, atunci când prima existenţă "a izbucnit" în lume, declanşând Timpul. Astfel se obţine adevărata Înaltă Ştiinţă, căci se reuşeşte nu doar recunoaşterea tuturor existenţelor anterioare, ci se ajunge până la "începutul lumii": cel care se întoarce în urmă în răspăr trebuie să regăsească punctul de pornire care coincide cu Cosmogonia, cu prima manifestare cosmică. Buddha nu pretinde că acesta este singurul mijloc. După el, se poate depăşi timpul, adică aboli condiţia profană, profitând de o "clipă prielnică", obţinând "iluminare instantanee", care "sfărâmă timpul" şi permite "ieşirea" printr-o ruptură de nivel temporal. Dalai Lama este considerat de tibetani ca "o reîncarnare a lui Buddha". Lamaismul susţine că fiecare om are şansa lui de a atinge eliberarea în momentul morţii: este de ajuns să se recunoască în Lumina pură pe care o vede în acel moment (Bardo Thodol - Cartea morţilor tibetani).

2. R. Moody – bizarul profesor din Virginia

Interesul doctorului american Raymond Moody faţă de fenomenul morţii iminente datează din anul 1965, de pe vremea studiilor sale de filosofie de la Universitatea Virginia. La un seminar la care avea ca temă nemurirea, un profesor, pe nume George Ritchie, le-a mărturisit studenţilor săi că în timpul serviciului militar suferise un accident în urma căruia fusese declarat decedat, dar izbutise să se întoarcă la viaţă, nu înainte de a face o călătorie fantastică în lumea de dincolo. Impresionat de poveste, Moody a închis-o într-un sertar al memoriei, neputându-i verifica autenticitatea. Iata că însă peste doar 4 ani, când a devenit el însuşi profesor de filosofie la Universitatea din Carolina de Nord, la un seminar pe aceeaşi temă - imortalitatea sufletului în concepţia platoniciană - unul dintre studenţii săi a dat un exemplu legat de această temă: bunica sa, moartă temporar în timpul unei operaţii pe cord, îi povestise, după ce fusese reanimată, o poveste halucinantă. Exact aceeaşi poveste pe care Moody o auzise în premieră de la profesorul său. "Simplă coincidenţă", au exaclamat colegii săi de catedră, dar două coincidenţe de aceeaşi natură nu i se păreau deloc "simple" lui Raymond Moody. Începând din ziua aceea, profesorul de filosofie a inclus în programul său studiul textelor referitoare la supravieţuire. Mecanismul a funcţionat! Printre diferitele grupuri de studenţi care îi frecventau cursul, exista întotdeauna cel puţin unul care să -i povestească o experienţă similară, trăită personal sau de cineva apropiat. În curând, filosofia nu i-a mai ajuns lui Raymond Moody. El a simţit dorinţa imperioasă să aprofundeze natura umană în alte două direcţii ale sale: cea biologică şi cea psihologică. Şi astfel, în 1972, la vârsta de 28 de ani, el s-a înscris la Facultatea de Medicină a Universităţii Augusta, în Georgia sa natală,

unde n-a întârziat să-şi comunice informaţiile referitoare la moartea clinică, expunându-şi investigaţiile în faţa unei comisii de medici. Încet, a devenit un specialist al problemei. Fără excepţie, la sfârşitul fiecărei prelegeri, cineva - una sau mai multe persoane - îi relatau alte călătorii în lumea de dincolo. În plus, avertizaţi despre interesul pe care îl manifesta faţă de acest fenomen, medicii îi trimiteau numeroşi pacienţi care după reanimare declarau că trăiseră experienţe identice. Moody dispunea de aproape o sută cincizeci de mărturii elocvente, când directorul unei mici case de editură i-a propus să-şi publice descoperirile. Life After Life ("Viaţa după viaţă") a apărut în 1975, pe când Moody era student în anul IV de medicină. A fost un succes uriaş şi neaşteptat. Cartea s-a reeditat în viteză, iar cel de-al doilea tiraj nu a satisfăcut cererea. A urmat ediţia a treia, a patra, a cincia... Era un delir. Tirajele s-au epuizat din nou, urmate de alte şi alte reeditări. Tradusă în străinătate, cartea se vindea ca pâinea caldă. În 1990, cifra de vânzări din lumea întreagă atinsese zece milioane de exemplare! O dovadă certă că "Viaţa după viaţă" nu fusese receptată ca o carte ştiinţifică, ci ca o operă documentară, scrisă limpede şi direct, fără prea multă teorie. Autorul prezenta mărturii ale căror caracteristici le detalia sobru şi exact, propunând un model al morţii iminente, uşor de identificat şi accesibil. Dar iată scenariul sintetizat de Raymond Moody, care cuprinde elemente comune tuturor experienţelor de moarte temporară înregistrate de el: *"Un om moare şi, în timp ce atinge paroxismul disperării fizice, îl aude pe medic constatându-i decesul. În clipa aceea începe să perceapă un zgomot dezagreabil, ca ţârâitul strident al unei sonerii sau ca un zumzăit puternic, simţindu-se totodată purtat cu mare rapiditate către un tunel lung şi întunecat. După care se regăseşte brusc în afara corpului său fizic, fără să-şi părăsească totuşi spaţiul imediat. Îşi vede corpul de la distanţă, ca un spectator. Observă strădaniile medicilor de a-i reanima trupul, resimţind o stare emoţională foarte puternică. După câteva clipe îşi revine şi se obişnuieşte, treptat, cu stranietatea noii sale condiţii. Realizează că posedă în continuare un corp, dar un corp de o natură particulară, care beneficiază de însuşiri foarte diferite faţă de cele ale relicvei pe care o abandonează. În curând, se petrec evenimente noi: nişte făpturi ivite de undeva îl întâmpină, părând că vor să-i vină în ajutor. El întrezăreşte spiritele rudelor şi ale prietenilor morţi înaintea lui. Şi, dintr-odată, o entitate spirituală, de o specie necunoscută, un spirit de tandreţe fierbinte, vibrând de iubire - o "făptură de lumină"- i se arată. Această făptură dezleagă în el un şir de întrebări, care nu sunt pronunţate verbal şi care îl obligă să-şi facă bilanţul vieţii sale trecute. Entitatea îl ajută în această sarcină, oferindu-i o viziune panoramică instantanee asupra tuturor evenimentelor care i-au marcat destinul. Apoi vine momentul în care defunctul pare să întâlnească un soi de barieră în cale, o frontieră, simbolizând ultima limită dintre viaţa terestră şi viaţa ce va să vină. Dar atunci el constată ca trebuie să se întoarcă, că timpul morţii nu a sosit pentru el. Rezistă o clipă, pentru că este subjugat de fluxul de evenimente din viaţa de dincolo şi nu doreşte această întoarcere. Este invadat de un intens sentiment de bucurie şi pace. Cu toate acestea, el se reuneşte cu corpul fizic şi se reîntoarce la viaţă. Ca urmare, atunci când vrea să explice anturajului său ceea ce a trăit, se loveşte de diferite obstacole. În primul rând, nu găseşte cuvinte*

omeneşti, capabile să îi descrie într-un mod adecvat acest episod supraterestru. În plus, vede că cei care îl înconjoară nu-l iau în serios, aşa încât renunţă să se mai confeseze şi altora. Totuşi, experienţa trăită îi marchează profund existenţa, răsturnându-i toate ideile pe care le avea până atunci despre moarte, precum şi raporturile sale cu viaţa". Din fericire, la scurtă vreme după apariţia cărţii, s-a dovedit că mai mulţi medici americani ajunseseră la aceeaşi concluzie şi, mai ales, Elisabeth Kubler Ross, care a publicat o carte de un interes capital, legată de acest subiect: "Între viaţă şi moarte".

"Am fost foarte fericit să constat că evenimente recente contribuiau din plin la liniştea mea. Mai mulţi doctori, dar mai ales Elisabeth Kubler Ross, efectuaseră aceleaşi cercetări, înregistrând mărturii identice. Nu mai eram singur pe pragul vieţii de dincolo", spune Moody.

Reflecţii despre "Viaţa după viaţă"

În 1977, la doi ani de la apariţia primei sale lucrări, Raymond Moody publică o revenire asupra temei iniţiale: Reflections on Life after Life, rodul altor nenumărate mărturisiri, pe care doctorul nici nu mai trebuia să le ceară, ele venindu-i acasă, prin poştă sau telefon. Când şirul lor a început să se piardă, nemaiputând fi contabilizate exact, autorul a simţit că este momentul să sintetizeze informaţia, structurând aventura călătoriei în lumea de dincolo, în mari capitole de-a dreptul tulburătoare, prin comentariile pasionante ale autorului.

3. Psihotanatologia

S. Grof pune în relaţie experienţele transpersonale cu tanatologia - punând bazele psihotanatologiei - într-o carte pe care o scrie în 1977-The Human Encounter with Death-cu Joan Hallifax Grof (tradusă în 1982, La Rencontre de l'Homme avec la Mort).

Tanatologia este o disciplină medicală care se ocupă cu descrierea experienţelor trăite de muribunzi, de reanimaţi din moarte clinică (dr. R.Moody - 1975; Rosalind Moss; P. Radin, 1945). Acentul cade pe analiza şi prelucrarea relatărilor bolnavilor reanimaţi din "moarte clinică". Aceste relatări reproduc "experienţe" trăite cu mare intensitate de către cei în cauză şi prezintă toate trăsăturile fenomenelor transpersonale care presupun o transformare a mentalului.

În linii mari, relatările coincid: se fac referiri la experienţe "extracorporale", în cursul cărora se retrăiesc momente care se derulează cu mare viteză. De fiecare dată apare imaginea unui tunel întunecos şi lung, îngust şi umed, care îl absoarbe pe individ cu o viteză ameţitoare; la capătul tunelului se află o lumină puternică de culoare roz - violacee. Uneori se aude şi o muzică celestă, ca un cor de îngeri. În această lumină şi muzică feerică subiectul trăieşte o stare de beatitudine, de extaz şi bucurie imensă. Apoi au loc reanimarea, întoarcerea la viaţă, moment descris ca fiind dezagreabil, comparativ cu "apogeul morţii". Dincolo de relatările subiecţilor, tanatologia nu poate aduce dovezi peremptorii pentru continuarea vieţii conştiente de după moartea clinică.

4. Selful total

Laurenţiu Mitrofan (1997,p.336) susţine că în viziunea lui S. Freud omul apare schilodit emoţional, nevrotic, sfâşiat, între conflicte de natură abisală şi constrângeri exterioare, dar în opera psihologilor umanişti - transpersonalişti, mai ales A. Maslow şi C.R.Rogers, nevoia de împlinire a Sine-lui unifică şi salvează, energizează şi restructurează, este o continuă sursă autotransformativă, având atributul adaptării creative. Într-un anume fel, gândind în spiritul lui Maslow, L. Mitrofan afirmă ca nevoia de adaptare şi de împlinire a Sinelui este chiar nevoia de adaptare creativă perpetuă, prin a cărei satisfacere omul devine consonant cu lumea, cu mediul şi cu viaţa în sens larg.

Concepţia fundamentală a P.T. este că dincolo de individ există ceva mai mult decât personalitatea acestuia. Personalitatea nu este decât una dintre feţele întregii identităţi individuale. De aceea, unul dintre scopurile terapeutice ale abordării transpersonale este de a pune în corespondenţă personalitatea cu Selful total. Aceasta presupune mai mult decât înţelegerea personalităţii în termenii activităţii personale, cotidiene (L. Mitrofan, 2000,p.281).

Dacă se ajunge la o astfel de înţelegere, Sinele total (evocat adesea mai ales de S.Grof) va ieşi la iveală şi va dobândi o poziţie dominantă. Astfel va exista o mai mare unitate între minte şi trup, întrucât Sinele este eliberat de condiţionările restrictive ale personalităţii. Ca rezultat, individualitatea în întregul ei, Fiinţa umană, va fi capabilă să se bucure de ceea ce oferă lumea, fără să fie ataşată acesteia, conform principiului nonataşamentului din filosofia buddhistă şi practica spirituală Yoga - (V. Patanjali-Yoga Sutra, Bucureşti, Editura Informaţie, 1993).

Psihologia transpersonală consideră că Sinele este centrul spiritual, sinteza totalizatoare a personalităţii. În experienţele transpersonale ale lui S. Grof, subiecţii care se identifică cu Spiritul universal au sentimentul de a fi asimilat totalitatea existenţei, de a fi atins realitatea cea mai înaltă şi de a se uni cu Principiul suprem şi ultim - esenţa întregii Fiinţe. Subiecţii găsesc răspunsurile la toate întrebările. Acest principiu pur şi absolut, trăit ca fiind Spiritul Universal, se caracterizează printr-o existenţă şi o conştiinţă transpersonală, o cunoaştere şi o beatitudine infinită. Subiectul este pătruns de sentimentul temporar sau durabil de a fi atins înţelegerea globală, nonraţională şi transraţională a problemelor ontologice şi cosmologice, ca şi a celor spirituale.

5. Practica respiraţiei holotropice

Fascinat de universul atât de bogat şi imprevizibil al inconştientului adânc, aflat ca un ocean dincolo de limitele conştiinţei, S. Grof a încercat încă din 1976 să pună la punct o metodă de explorare a Sinelui, adică a tot ce se extinde dincolo de Ego, fiind fie ingorat, fie latent, fie scăpând controlul acestuia (L. Mitrofan, 2000, p.286-287). Astfel, împreună cu Christine Grof, el a creat practica respiraţiei holotropice, ca o metodă de eplorare a Sinelui care integrează elemente din cercetările moderne ale conştiinţei, antropologiei, psihologiei

abisale, practicilor spirituale orientale şi mistice (termenul holotropic vine din limba greacă - "holos"= întreg, tot; şi "trepein"= a înainta, a merge către; însemnând respiraţie totală, întreagă, completă).

Metoda se bazează pe potenţialul spontan de vindecare al psihicului care devine disponibil în stările neobişnuite ale conştiinţei, induse de respiraţia accelerată, pe fond de muzică inductivă, într-un ambient special amenajat. Focalizarea energiei şi desenarea mandalelor sunt de asemenea elemente importante în procesul holotropic.

Tehnica respiraţiei holotropice mediază accesul către diferite niveluri ale experienţei umane, incluzând amintirile relevante din copilărie, secvenţe ale morţii şi ale renaşterii spirituale, o gamă largă de experienţe transpersonale. Teoria şi practica acestei tehnici sunt prezentate în lucrarea Beyond the Brain (1985) a lui S. Grof.

Autorii practicii respiraţiei holotropice au utilizat-o în sute de ateliere formative, în Nordul şi Sudul S.U.A, dar şi în Europa, Australia, Asia. Ca răspuns la cererea mare de pregătire în acest domeniu, fondatorii au edificat G.T.T (Grof Transpersonal Training) - o societate cu scopuri formative, cu sediul în Mill Valley, California.

Programul teoretic şi experienţial în "Holotropic Breathework", ... este fundamentat pe cunoştinţele de transpersonală, ca disciplină care integrează ştiinţa modernă cu marile tradiţii spirituale ale lumii. Cursurile sunt axate pe explorarea filosofiilor orientale (S. Grof, 1984), noile paradigme ale ştiinţei, psihologie arhetipală, astrologie, etc. Un program complet include 5 stadii, iar un training are două niveluri - un stagiu educaţional, adresat unui mare număr de persoane interesate (antropologi, artişti, cercetători, studenţi şi toţi cei interesaţi de introspecţie, respiraţie holotropică şi P.T, "stări" de conştiinţă modificată) şi un stagiu formativ numai pentru practicieni - terapeuţi, transpersonalişti, (S. Grof, "Mintea holotropică - trei niveluri ale conştiinţei", 1992). Aceştia din urmă au nevoie pentru a obţine un certificat de atestare în domeniu, de a fi lucrat sub îndrumarea unui practician acreditat care să asigure supervizarea.

Training-ul de bază constă în 150 ore de experienţă generală în practica respiraţiei holotropice sub îndrumarea soţilor Grof, sau a formatorilor lor şi include şapte module şi un seminar de două săptămâni, cu atestat. Durata totală a programului este de minim doi ani.

Prof. univ. dr. Anca Munteanu de la Universitatea de Vest Timişoara a prezentat o foarte interesantă comunicare ştiinţifică despre respiraţia holotropică în cadrul "Simpozionului Naţional PSIHOLOGIA - O ŞTIINŢĂ PENTRU MILENIUL III ", care a avut loc la Timişoara, în zilele de 4-5 Mai 2001 (Anca Munteanu este titularul cursului de psihologie transpersonală).

6. *Înţelepciunea arhaică şi Ştiinţa modernă (S.Grof, 1984)*

În volumu editat de Stanislav Grof, în 1924, Ancient Wisdom and Modern Science, sunt prezentate următoarele studii şi eseuri:

Partea I - INTRODUCERE

1. Stanislav Grof: Est si West- înţelepciunea arhaică şi ştiinţa modernă
2. Frances Vaughan: Perspectiva transpersonală

Partea A II-a: TRADIŢII SPIRITUALE ARHAICE

3. Swami Muktanemda -Înţelegerea propriei voastre minţi
4. Mother Teresa -Iubirea până la rănile sale
5. Dastoor Minocher Homji -Vacile sunt divers colorate, dar laptele este acelaşi
6. Father Bede Griffiths -Ştiinţa actuală şi noua creaţie
7. Karan Singh -Evoluţia conştiinţei şi supravetuirea umană
8. Swami Prajnananda -Misterul Karmei
9. Swami Kripananda: -Kundalini: energia transformării
10. Jack Kornfield -Zâmbetul lui Buddha: paradigme în perspectivă
11. Yashpal Jain -Să căutăm împreună
12. Ajit Mookerjee -Kundalini: trezirea energiei cosmice interioare

Partea A III-a -NOI PARADIGME ÎN ŞTIINŢA OCCIDENTALĂ

13. Fritjof Capra- Noua viziune asupra realităţii: spre o sinteză a înţepciunii orientale şi a ştiinţei moderne
14. Rupert Shaldrake -Rezonanţa morfică
15. Karl Pribram: Ipoteza holografică asupra funcţiei creierului: o întâlnire a minţilor
16. Joseph Chilton, Pearce -Modele şi dezvoltarea umană
17. June Singer- Yoga şi androginia
18. Cecil E. Burney- Imaginaţia activă la Jung: o tehnică occidentală de meditaţie
19. Alyce M. Green- Psihofiziologia şi sănătatea: personal şi transpersonal
20. Elmer E. Green- Ştiinţa şi psihofiziologia, psihofizica şi mitologia
21. Claudio Naranjo- Atragerea meditaţiei orientale în psihoterapia occidentală
22. Swami Sivananda Radha- Locul femeilor în lumea de astăzi (volumul se află în biblioteca profesorului I. Mânzat şi este dispus să-l împrumute celor interesaţi!)

7. *Rezumat*

- Psihoterapia reîncarnării prin hipnoză regresivă este actualmente foarte răspândită în Germania, întrucât s-a constatat că multe suferinţe şi traume îşi au originea în vieţile anterioare: astfel dispar sechelele experienţei negative care provin din vieţi anterioare sau din perioada perinatală. Se confirmă astfel încrederea şi realitatea reîncarnării din învăţăturile tibetale.
- Psihotanatologia este interpretarea psihologică a fenomenelor din preajma morţii: moarte clinică, anestezie, reanimare. De fiecare dată apare faimosul

tunel al trecerii. Subiecţii trăiesc momente de extaz, beatitudine şi bucurie imensă (S.Grof şi Joan Halifax Grof, 1982).

- Sinele total este Fiinţa umană în totalitatea ei, acesta fiind cucerit în urma experienţelor transpersonale: se realizează o mai mare unitate între minte şi trup, Sinele fiind eliberat de condiţionările restrictive ale personalităţii; subiecţii se identifică cu Spiritul universal.
- Practica respiraţiei holotropice a fost pusă la punct de S.Grof, şi Christine Grof; se bazează pe potenţialul spontan de vindecare al psihicului, care se activează în stările neobisnuite ale conştiinţei, induse de acceleraţia accelerată, pe fond de muzică inductivă, într-un ambient special amenajat, cu focalizarea energiilor şi desenarea mandatelor tibetane. Cunoştinţe sigure despre respiraţia holotropică are în România, prof. univ.dr.Anca Munteanu (Universitatea de Vest-Timişoara).
- Din temele cuprinse în volumul Ancient Wisdom and Modern Science (editor S. Grof) reiese în evidenţă că psihologia transpersonală este o complementarizare şi o sinteză a paradigmelor ştiinţei moderne occidentale şi a tradiţiilor spirituale orientale.

BIBLIOGRAFIE

B.L. Weiss-Many Lives, Many Masters, New York, 1987 (tradus în română, Editura Lotus, Bucureşti, 1992);
S. Grof & Joan Halifax-The Human Encounter with Death, New York, E.P. Dutton, 1977;
S. Grof & Christine Grof-Beyond Death, London, Thames and Hudson, 1980;
I. Mânzat şi Radu Al. Lucian-"Introducere în psihologia orientală", (în curs de apariţie în 2002);
Mircea Eliade-"Yoga. Nemurire şi libertate", Bucureşti, Editura Humanitas, 1993;
Raymond Moody-Life after Life, Atlanta, Bantam, 1975;
Raymond Moody-Reflections on Life after Life, New York, 1977;
Rossalind Moss-The Life After Death in Oceania, London, 1925;
P. Radin-The Road of Life and Death, New York, 1945;
L. Mitrofan-"Problematica Sinelui în psihologia transpersonală", în vol. I.Mânzat (coord.)- "Psihologia Sinelui. Un pelerinaj spre centrul Fiinţei", Ed. Eminescu, 2000;
L. Mitrofan-"De la dezvoltarea personală la dezvoltarea transpersonală", în vol. Iolanda Mitrofan (coord.)- "Psihoterapia experienţială", Bucureşti, Editura Infomedica, 1997;
V. Patanjali-"Yoga Sutra", Bucureşti, Editura Informaţia, 1993;
S. Grof-Beyond the Brain, New York, 1985;
S. Grof-Holotropic Breathwork, ...
S. Grof-Ancient Wisdom and Modern Science, Albany, 1984;
Anca Munteanu-"Psihologie transpersonală", note de curs, Timişoara, 2001.

XI. SINELE ADÂNC DIN CENTRUL CICLONULUI (cf. John Lilly)

1. "The deep Self/ the center of the cyclone"
2. Privarea senzorială în "flotation tank" (bazinul de imersie)
3. Paralelă între concepţia lui John Lilly şi psihologiile orientale
4. Abisalitatea psihanalitică şi "Sinele adînc"
5. Rezumat
6. Bibliografie

1. The deep Self/ center of the cylone

Americanul John Lilly scrie în 1972 volumul The Center of the Cyclone ("În centrul ciclonului"), în care priveşte Sinele ca pe o zonă centrală a unui ciclon american, o sferă de linişte şi calm în mijlocul unei furtuni. Este ştiut că cicloanele americane, pornite din Caraibe, distrug şi mătură tot ce întâlnesc în cale; dar, fie că ciclonul este pe ocean sau pe pământ, în centrul său se formează o zonă sferică plină de linişte şi pace, în care, dacă nimereşte o îmbarcaţiune sau un vehicul care se menţin în această bulă de siguranţă, este înlăturat orice pericol pe tot timpul desfăşurării furtunii din jur. Dacă se părăseşte centrul, pericolul devine iminent. Cu această metaforă relevatorie John Lilly vrea să descrie spiritul uman din adâncurile subconştientului în care subiectul poate afla pace, linişte şi armonie, cu toate cicloanele distrugătoare din viaţa socială.

Doi ani mai târziu, în 1977, John Lilly introduce conceptul "deep Self" (Sinele adânc) prin care, pe aceeaşi coordonată teoretică a soţilor Grof în cadrele paradigmei grofiene, dezvoltă un transpersonalism abisal. Comparat cu "centrul ciclonului", Sinele adânc este acea zonă ascunsă şi centrală, acel miez al Fiinţei din care emană o trăire a unei stări deosebite de linişte şi echilibru interior, care-l protejează pe subiect de uraganele din afară şi dinăuntru.

Pornind de la aceste deschideri teoretice, John Lilly realizează profunde cercetări experimentale şi dezvoltă tehnici psihoterapeutice. Atfel, el realizează cercetări prin care îi introduce pe subiecţi în condiţii de izolare şi solitudine, un gen de isihasm modern, condiţii care vor fi cunoscute sub denumiri ca: "Profound Isolation"(J. Lilly & J.T. Shurley, 1961) sau "Lilly Conditions" (J. Lilly, 1956; Francis Jeffrey, 1986).

John Lilly realizează cercetări experimentale în scopuri psihoterapeutice pornind de la absenţa "environment"-ului:

- 1956: efectele mentale ale reducerii niveleloror ordinare ale stimulilor fizici asupra persoanelor integral sănătoase;
- 1961: experimente în solitudine, în condiţii de maximă izolare cu suspendarea apei, cu persoane deplin sănătoase(în colaborare cu J.T. Shurley);
- 1967: programarea şi metaprogramarea biocomputerului uman;
- 1975: simulările lui Dumnezeu: ştiinţa despre credinţă;
- 1976: ciclonul diadic (în colaborare cu A.L.Lilly).

Experienţele cu PI ("Profound isolation") extensiv au schimbat concepţia care vedea creierul ca pe o oglindă sau ca adaptare la un mediu interactiv şi se conturează o altă concepţie, după care creierul este văzut ca un sistem care operează autonom: creierul se conformează propriului său pattern, propriei sale stări ideale în care graniţa dintre conştient şi inconştient nu există.

Aparent, distincţia Cs./Ics este un fapt neurologic, strâns legată de distincţia interior/exterior şi distincţiile diversitate/multiplicitate. Baruch Spinoza gândea că întrega experinţă şi toate fenomenele derivă dintr-o singură "substanţă" cosmică, prin variaţie şi limitare. În 1967 Lilly a venit cu un sintagma spaţiu multidimensional cognitiv-conativ. Între minte şi natură este o unitate necesară, universul este inteligent

şi de aceea este apt de autoorganizare. A.J.Mandel (1980), referindu-se la o psihologie a trenscenderii, spunea că Dumnezeu este în creier.

2. Privarea senzorială în Flotation tank (bazinul de imersie)

"Bazinul de imersie" este o metodă simplă şi foarte eficace de modificare a conştiinţei prin eliminarea senzaţiilor şi percepţiilor externe. Într-o cameră izolată acustic este plasat un bazin cu apă până la o adâncime de 2,5 m. Încăperea este menţinută în întuneric complet, iar temperatura apei este constantă: 36° C, care este şi temperatura exterioară a corpului. Densitatea apei este modificată prin adăugarea de sulfat de magneziu (sare amară) şi, astfel, corpul pluteşte fără nici un efort la suprafaţa apei. (Ovidiu Brăzdău, "Metode şi tehnici de transformare a Cs.", în vol.: I.Mânzat şi O. Brăzdău, 2002)

Această metodă este asemănătoare cu "camera tăcută" -o încăpere izolată fonic, fără lumină, în care analizatorii auditiv şi vizual nu mai sunt stimulaţi, situaţie care duce la crearea unei stări spontane de relaxare. Experimentele din "camera tăcută" sunt pe larg descrise de cosmonauţii ruşi, care au folosit această metodă psihologică pentru antrenament în vederea zborului în spaţiu, unde stimularea senzorială este foarte redusă (vezi: I.Gagarin, V. Lebedev, 19..).

John Lilly (1961) a fost primul cercetător care a studiat privarea senzorială în "Flotation tank". Dar marele avantaj al bazinului de imersie îl constituie eliminarea încă a unei stimulări: cea tactilă. Densitatea apei este similară cu cea a corpului şi senzaţia de separaţie faţă de mediu dispare. În plus, datorită aceleaşi temperaturi, apa devine imposibil de perceput. Dacă eliminarea celorlalte tipuri de senzaţii exteroceptive (văz, auz, gust, miros) este relativ uşoară, suprimarea simţului tactil se poate realiza numai în bazinul de imersie. Astfel, creierul nu trebuie să se mai ocupe cu echilibrarea corpului faţă de acţiunea gravitaţiei şi devine disponibil pentru alte solicitări. Plutind în soluţia apoasă, subiectul trăieşte o stare de disconfort şi claustrofobie, trăirea fiind similară cu cea de dinainte de naştere, din pântecul matern (matricele perinatale ale lui S. Grof). Subiectul putea să-şi controleze mai uşor unele stări particulare de conştiinţă în timpul plutirii (de exemplu, somnul).

Explorarea neurofiziologică a modificărilor care se produc în organism pe timpul imersiei şi plutirii explică de ce această metodă este specială. Efectele bazinuluide imersie sunt de două tipuri:

- reducerea activităţii glandei pituitare şi a producerii andrenalinei, asociată cu creşterea nivelului endorfinei;
- echilibrarea activităţii celor două emisfere cerebrale (M. Hocking, 1993, pp. 78-90) şi stimularea producerii de unde lente: alpha, theta sau acţiunea emisferei drepte.

Datorită acestor modificări neurovegetative, individul poate să-şi menţină controlul conştient chiar şi în stări de relaxare profundă, similare somnului. Dacă unui călugăr Zen îi va lua 20 de minute pentru a-şi linişti mintea, în bazinul de imersie sunt suficiente câteva minute, fără nici un efort voluntar. Unul dintre efectele remarcabile ale acestei metode este şi activarea emisferei drepte (senzitivă, intuitivă, emisfera tăcerii) care, în general, este slab energizată, în defavoarea emisferei stângi (raţională,

analitică, discursivă). Această activare a emisferei drepte duce la amplificarea capacităţii de imaginare vizuală, ceea ce este mai dificil de realizat în starea obişnuită pentru persoanele predominant raţionale. Vizualizarea unui obiect -de ex., o lalea roşie- se realizează foarte uşor în bazinul de imersie, iar această reprezentare poate fi menţinută şi modificată continuu, fără întreruperi din partea minţii discursive.

În timpul plutirii se pot aplica diverse tehnici de modificare a conştienţei. Meditaţia este mai uşor de realizat, întrucât individul care pluteşte intră spontan în stare de relaxare, simultan cu concentrarea atenţiei pe propria-i fiinţă. Relatând eperienţa plutirii în bazinul de imersie, un subiect declară: *"Îmi puteam auzi pleoapele închizându-se şi deschizându-se. Era atât de întuneric în cameră, încât nu exista nici o diferenţă vizuală la deschiderea ochilor. Orice imagine aş fi avut în minte, ea continua şi când deschideam ochii. Respiraţia făcea gălăgie incredibilă ..."* (C. Pringle, 1995). Uneori experienţa interiorizării era atât de intensă încât subiecţii relatau, la revenire, că îşi puteau auzi sângele curgând prin vene!

Cu această metodă pot fi asociate o serie de tehnici respiratorii, în funcţie de pregătirea anterioară a subiectului care experimentează plutirea, cu efecte mult mai puternice decât în cazul practicării lor în condiţii obişnuite. Extinderea câmpului conştiinţei şi trăirea unei stări euforice a făcut ca această motodă sa fie asimilată cu utilizarea substanţelor psihoactve. (E. Grof)

3. Paralelă între concepţia lui Lilly şi psihologiile oreintale

Ca şi psihologiile orinetale (buddhismul, lamaismul, zen) J. Lilly consideră, fără să insiste asupra acestui aspect, că Sinele adânc este "spaţiul" în care trebuie să căutăm spiritul. Numai că la orientali Sinele este transcendent, deasupra conştiinţei, pe care o înglobează. K. Wilber va considera că nu trebuie să căutăm spiritul în adâncuri, ci în înălţimi, el fiind astfel mai aproape de orientali.

Multidimensionalitatea conştiinţei, afirmată de J. Lilly, este o idee-cheie în gândirea tibetană. Lama Anagarika Govinda se referă frecvent la conştiinţa multidimensională şi unitară.

Orientarea concepţiei transpersonale a lui Lilly este evident îndreptată spre gândirea orientală, printr-un efort de despindere de "canoanele" gândirii psihologice occidentale. L. Lilly caută asiduu "marea alianţă".

După cum observă G. Popa (1997, p.17) "europeanul acţionează în fragmente de Euri, de inşi izolaţi, iar indianul în totalităţi, în integralităţi cosmice... < <Cunoaşte-te pe tine însuţi> >" al lui Socrate, înseamnă pentru indian să-ţi cunoşti adevăratul Sine, participând la Unul, fragment din Brahman, Sinele Universal..."

Învăţătura din Upanişade consideră că nimic în afara Sinelui nu este real. Cel care ajunge la cunoaşterea lui va ajunge la Unitate şi din acel moment nu mai există diversitate (L. Traşă, 2000, p. 334).

Atman, spiritul individual, este considerat de hinduşi ca fiind identic cu Brahman, spiritul universal şi ca fiind reflectarea acestuia în fiecare fiinţă. Brahman animă conştiinţa, pe care o alimentează din sursele inepuizabile ale inconştientului. El

este cel care zace în străfundurile Fiinţei noastre şi reprezintă substratul adânc şi ultim al Fiinţei. Întâlnirea cu John Lilly este surprinzătoare şi evidentă.

Înainte de a muri, Buddha lasă acest mesaj: "Fiţi cu Sinele drept lampă, Sinele drept unic refugiu, Legea drept lampă şi unic refugiu". (Coomaraswamy, Ananda Kali,1997, p. 96).

4. Abisalitatea psihanalitică şi "Sinele adânc"

Atât fondatorul psihanalizei (S. Freud), cât şi J. Lilly pot fi încadraţi în orizontul psihologiei abisale, deşi Lilly nu este psihanalist. Sunt destul de mari deosebirile dintre concpeţia freudiană şi cea lilliană asupra Sinelui.

Sinele (sau id-ul) este una dintre cele trei instanţe descrise de Freud în cea de-a doua teorie despre "aparatul psihic" (1920). Sinele freudian este polul pulsional al personalităţii; conţinuturile sale, expresii psihice ale pulsiunilor, sunt inconştiente: unele moştenite şi înnăscute, altele refulate şi dobândite (J. Laplanche şi J.B. Pontalis, 1994, p.402-404).

Psihanaliştii actuali denumesc Sinele freudian prin Se (Matei Georgescu, 2000, p. 143-153). Regăsim în tabloul Se-ului următoarele caracteristici ale Ics-ului:

- Conţinuturile sunt manipulate prin mecanisme specifice proceselor primare (condensare şi deplasare);
- Se remarcă întoarcerea continuă a conţinuturilor (refulatului) în sistemul (pre) conştient, în care nu pot avea acces decât deformate;
- Conţinuturile sunt constituite din reprezentanţi ai instinctelor.

Se-ul este prin excelenţă inconştient, pe când Sinele adânc este multidimensional -inconştient, conştient, preconştient şi chiar supraconştient. Se-ul este un depozit al instinctelor primare, mai ales al celor libidinale, Sinele adânc este spiritual. Se-ul este plin de conflicte şi tensiuni, Sinele adânc este sediul armoniei şi păcii interioare.

5. Rezumat

"The deep Self" este comparat de John Lilly cu "centrul ciclonului" -o zonă de linşte şi pace interioară, în mijlocul unei furtuni.

- J. Lilly realizează cercetări experimentale prin care îi introduce pe subiecţi în condiţii de izolare şi solitudine care vor fi denumite: "Profound Isolation" sau "Lilly Conditions". El studiază privarea senzorială în "flotation tank".
- În 1967 Lilly creează conceptul integrativ de "spaţiu multidimensional cognitiv-conativ".
- Psiholigia Sinelui adânc îşi poate avea izvorul în gândirea orientală, cu care are frapante asemănări. Sinele din adâncuri al lui Lilly este de natură spirituală, ca şi Atman-Brahman.
- Comparând Sinele Freudian (Se) cu Sinele adânc, găsim atât asemănări, cât şi deosebiri. Concepţia lui Lilly este profund transpersonalistă, deşi rămâne prizonieră în abisal.

BIBLIOGRAFIE

John Lilly - The Deep Self, New York, Simon & Schuster, 1977;
John Lilly - The Center of the Cyclone. New York, Julian Press, 1972;
John Lilly - Simulations of God: the Science of Belief, New York, Simon & Schuster, 1975;
John Lilly şi A.L. Lilly - The Dyadic Cyclone, New York , Simon & Schuster, 1976;
John Lilly şi J.T. Shurley - Experiments in Solitude, in Maximum Achievable Psysical Isolation With Water Suspension, of Intact Healthy Persons (symposium at S.U.A. Force Aerospace Medical Center, San Antonio, Texas, 1960). În Psychological Aspects of Space Flight, New York, Columbia Univesity Press, 1961, pp. 38-247;
Francis Jeffrey - Working in Isolation: States that Alter Consensus, în vol.: B. Wolman & M. Ullman (eds), Handback of States of Consciousness, New York, Van Nostrand Reinhold Co., 1986, pp. 249-285;
Lucian Traşă - "Sinele în gândirea orientală", în vol.: I. Mânzat (coord.), "Psihologia Sinelui, Un pelerinaj spre centrul Fiinţei", Bucureşti, Ed. Eminescu, 2000;
G. Popa - "Cuvânt înainte" la "Hinduism şi buddhism", Ananda K. Coomaraswamy, Iaşi, Ed. Timpul, 1997;
S. Freud - Le Moi et le Ca (1923), în Essais de Psychanalyse, Paris, Payot, 1981;
J. Laplanche şi J.B. Pontalis - "Vocabularul psihanalizei", Bucureşti, Humanitas, 1994;
Matei Georgescu - "Sinele de la Freud la Freud", în vol.I.Mânzat (coord.), 2000, op. cit., pp.143-153;
M.G. Hocking - Exploring the Subconscious Usign New Technologies, London, C.M.C. Ltd., 1993;
Colijn Pringle - First Isolation Tank Trip, 1995, http:/www.haleyon.com/colinp/arhives.htm.

PARTEA A TREIA

PSIHOLOGIA TRANSPERSONALĂ A ÎNĂLȚIMILOR
- PARADIGMA WILBERIANĂ: SPECTRUL CONȘTIINȚEI ȘI SINELE TRANSCENDENT -

XII CONŞTIINŢA MULTIDIMENSIONALĂ ŞI PSIHOLOGIA INTEGRALĂ

1. Ken Wilber – "Einstein al conştiinţei"
2. Nivelurile conştiinţei
3. Liniile sau fluxurile (streams)
4. "Stările" neobişnuite de conştiinţă
5. Relaţiile între "stările" de conştiinţă şi structurile conştiinţei. Evoluţia conştiinţei
6. Rezumat.
7. Bibliografie.

1. Ken Wilber – "Einstein al conştiinţei"

(apud Ovidiu Brăzdău - 2002)

Ken Wilber este poate cel mai mare cercetător ştiinţific contemporan al conştiinţei. Născut în 1949, el scrie la vârsta de 25 de ani "Spectrul conştiinţei", în care prezintă un model integrator al dezvoltării conştiinţei, lucrare care va avea un impact puternic asupra gândirii ştiinţifice, fiind urmată de alte zeci de lucrări în domeniu. Astfel că în prezent, Ken Wilber este primul psiholog căruia i se publică o antologie a cercetărilor (în 8 volume), încă din timpul vieţii.

Supranumit de lumea ştiinţifică americană "Einstein al conştiinţei", Wilber s-a afirmat fulgerător în cadrul psihologiei transpersonale, curent de care se va separa teoretic în 1983 (separarea a fost doar declarativă, pentru că lumea ştiinţei îl consideră şi astăzi ca fiind transpersonalist), precizând că activitatea sa de cercetare este mai degrabă psihologie integrală, care cuprinde toate elementele valoroase din diverse ramuri ale psihologiei (comportamentală, psihanalitică, umanistă şi transpersonală), izvorul principal fiind însă psihologia analitică a lui C.G Jung.

"Speranţa mea este că psihologia integrală, extinzându-se dincolo de psihologia transpersonală şi construind mai multe legături cu lumea convenţională, va oferi o abordare complementară studiilor psihologiei." (Ken Wilber, Outline of an Integral Psychology, 2002).

De fapt, încă din 1977, planul ambiţios al lui Wilber a fost unirea şi reconcilierea psihologicului cu spiritualul.

Pentru a putea descrie şi explica integral fenomenologia conştiinţei, Ken Wilber a realizat un model care include toate abordările posibile. Modelul, numit de autor AQAL (all-quadrant, all-level – toate nivelurile, toate dimensiunile) a fost construit după studierea a peste 200 de abordări ale existenţei umane, de la biologie moleculară şi fizică cuantică la antropologie, lingvistică, hermeneutică şi religii orientale.

2. Nivelurile conştiinţei

Psihologia integrală – porneşte de la premisa că nu toate componentele pihismului se dezvoltă, însă acelea care sunt supuse unor procese de schimbare şi evoluţie trebuie abordate din toate perspectivele.

Ken Wilber foloseşte trei termeni pentru a descrie etapele şi formele dezvoltării psihice:

- Structura indică existenţa la nivelul fiecărui stadiu a unui pattern holistic, integrator, care grupează şi organizează elementele într-un tot unitar;
- Nivelul arată că aceste pattern – uri tind să se dezvolte într-o secvenţă relaţională, fiecare etapă fiind o închidere, dar şi o depăşire a precedentei;
- Undă (Val): subliniază aspectul dinamic, fluid al dezvoltării.

Nivelurile conştiinţei sunt un element important în cadrul fiecărei tradiţii spirituale. În opinia lui Wilber, în toate tradiţiile spectrul conştiinţei se întinde

începând de la PRE-PERSONAL şi până la TRANS-PERSONAL, dezvoltarea putând avea etape cu nume diferite, dar puţin diferenţiate ca esenţă. Pentru exemplificare prezentăm, în chip comparativ, spectrul conştiinţei în viziunea lui Wilber, corelat cu alte două concepţii, cea a lui Plotin şi ce a lui Sri Aurobindo.

PLOTIN	SRI AUROBINDO	KEN WILBER
Absolutul	Sat Chit Ananda - Dumnezeu	Nivelul Ultim, supra - mental
Nous (mintea intuitivă)	Supramintea	Cauzal
Sufletul	Mintea iluminată	Subtil (arhetipuri)
Raţiune creativă	Mentalul superior	Psihic
Facultăţi logice	Mintea logică	Vizionar - logic
Concepte şi opinii	Mintea concretă	Mintea reflexivă
Imagini	Mentalul inferior	Mintea organizatoare (reguli)
Emoţii, plăcere/durere	Impulsuri, vital - emoţional	Mintea reprezentărilor
Senzaţii	Percepţii	Reprezentări
Funcţii vegetative	Senzaţii	Emoţional
Materie	Partea vegetativă a ogranismului	Senzorial - fizic

Wilber precizează că de fapt aceste spectre ale conştiinţei nu reprezintă decât variaţiuni ale clasificării tradiţionale

materie - corp - minte - suflet - spirit,

împărţire care este utilizată atât în Orient, cât şi în Occident. Conţinutul conştiinţei pe fiecare nivel poate varia, în funcţie de simbolurile şi conceptele culturii respective, dar etapele transformării sunt în esenţă aceleaşi.

Evoluţia nu este continuă în cadrul etapelor, precizează Wilber, de la corp spre minte, suflet şi spirit. Acestea reprezintă potenţialităţi pe care un om le poate obţine parţial sau în întregime.

3. Liniile sau fluxurile (streams)

Explicarea evoluţiei în cadrul nivelelor prezentate nu se realizează unitar la fiecare individ, în sensul că o anumită caracteristică se poate dezvolta mai mult, iar o alta să rămână chiar nedezvoltată, la un nivel patologic. Caracteristicile individuale (de exemplu: cogniţia, morala, motivaţia, voinţa, afectivitatea) sunt numite de Wilber "fluxuri" - streams. Motivul pentru care pare să existe o multitudine de trasee de dezvoltare umană este relativa independenţă a acestor caracteristici - fluxuri care se pot dezvolta separat (dar nu total necorelat). O persoană poate să se dezvolte la un nivel superior o anumită caracteristică (de

exemplu: cogniţia - analiza şi sinteza mintală), la un nivel mediu o alta (moralitatea) şi să fie într-o etapă inferioară din perspectiva spiritualităţii, a legăturii cu Divinitatea. Astfel, nu există nimic liniar în evoluţia globală a fiinţei umane, iar evoluţia conştiinţei se supune acestei reguli.

Printre caracteristicile care se pot dezvolta relativ independent unele de altele sunt incluse: psihosexualitatea, Eul, competenţele logico-matematice, capacităţile socio-emoţionale, imaginea despre lume şi viaţă, inteligenţa chinestezică, valorile şi altele care ar putea fi numite "spirituale": credinţa religioasă , aptidudinile meditative. De asemenea, se pot dezvolta relativ separat şi abilităţile muzicale, altruismul, competenţele de comunicare, creativitatea, percepţia spaţio-temporală, empatia.

În procesul de dezvoltare, Eul încearcă să integreze dezvoltarea acestor caracteristici, de aceea vor apărea relaţionări foarte strânse între fiecare dintre trăsături.

4. "Stările" ne-obişnuite de conştiinţă

Ken Wilber grupează aceste "stări" în patru categorii: psihice, subtile, cauzale şi non-duale (apud, O.Brăzdău, 2002).

- "Starea" psihică se referă la un misticism natural (o legătură directă cu Divinitatea), în care indivizii redactează o uniune cu lumea natural - senzorială;
- "Starea" subtilă este un tip de misticism divinatoriu (ca la Teresa de Avila), în care chiar se realizează uniunea cu esenţa lumii fizico-senzoriale;
- "Starea" cauzală indică un misticism fără formă, în care este experimentată partea nemanifestată a Divinităţii, este o conştiinţă pură, fără formă;
- "Starea" non-dual reprezintă uniunea omului atât cu partea manifestată, imanentă a Divinităţii (aspectele: fizic, material, energetic sau mental), cât şi cu elementele nemanifestate, transcendente ale Divinităţii. Wilber numeşte acest tip de uniune misticism integral, prin care se trăieşte experienţa spirituală autentică.

Iată deci cum cercetătorul Ken Wilber salvează şi reabilitează conceptul de misticism, reliefându-i atributele spirituale pozitive; pozitiviştii şi materialiştii obtuzi consideră misticismul ca obscurantism şi patologie.

În concepţia wilberiană, accesul temporar la una din aceste moduri de conştiinţă se poate realiza nu numai la un nivel superior de dezvoltare, ci în orice punct al dezvoltării, sub forma unor "experienţe de vârf" (peak-experiences). Oricare individ poate experimenta oricare dintre aceste moduri neobişnuite ale Cs, consideră Wilber, întrucât acestea au ca bază "stări" accesibile oricui: veghe, vis, somn profund. Desigur că pentru majoritatea oamenilor starea de vis este considerată mai puţin reală decât cea de veghe, însă important este că orice om are acces la aceste stări, fără nici o pregătire prealabilă.

Pentru a avea un acces permanent la cele patru tipuri de transformări ale Cs., prezentate mai sus, persoana respectivă trebuie să se angajeze într-un proces

de dezvoltare, pentru ca fluxurile să se perfecţioneze şi să poată "susţine" conştiinţa de nivel superior.

Aceste elemente explicative sunt preluate de Wilber din tradiţia Yoga, care precizează că fiecare mod de conştientizare este susţinut de un "corp" energetic subtil (de ex.: "starea" cauzală de corpul cauzal, "starea" non-dualã de corpul spiritual).

5. Relaţia dintre "stările" de conştiinţă şi structurile conştienţei. Evoluţia conştienţei

Conştiinţa se prezintă astfel sub diferite forme sau ipostaze, în cadrul fiecărei "stări" de Cs, având o structură specifică pentru fiecare "stare". Stările conţin structuri. Acesta este un element important al concepţiei lui Ken Wilber (care se mai regăseşte de altfel şi la alţi psihologi transpersonalişti, de exemplu: la Charles Tart - 1972, însă aceasta denumeşte structurile cu termenul "subsisteme").

O "stare" este creată de diferite structuri elementare, a căror manifestare fenomenală este observabilă (de ex: bucurie, fericire, dorinţă). Oamenii experimentează direct într-o "stare" de conştiinţă tocmai aceste manifestări concrete şi nu structura în sine, structura este reală dar ea nu este trăită ca atare. "Starea" este un nivel superior faţă de structură, ea fiind aceea care se manifestă direct, perceptibil pentru simţurile umane. Împărţirea unei "stări" în "structuri" ne permite să înţelegem de ce o persoană aflată la orice nivel de dezvoltare poate experimenta temporar o experienţă de vârf (peak experience) - de exemplu în cazul unui creştin o viziune a lui Hristos - sau orice altă trăire transpersonală. Oricine poate avea acces la astfel de moduri particulare de conştiinţă, întrucât are structurile necesare pentru a accede la ele. Ceea ce însă diferenţiază oamenii este interpretarea acestor trăiri şi capacitatea de a le accesa la voinţă, care se poate realiza numai dacă structurile se transformă şi iau un sens evolutiv.

Ken Wilber precizează că un individ poate experimenta temporar orice "stare" din domeniile psihic, subtil şi cauzal, însă doar în mod excepţional o stare non-dualã. Accesul la aceste stări se poate realiza doar dacă individul îşi dezvoltă structurile specifice, astfel ca o stare cauzală, de ex., să fie trăită permanent nu doar în cadrul unor experienţe de vârf temporare. Unele stadii de dezvoltare sunt obligatorii, peste ele nu se poate "sări" în peak experience.

Meritul psihologiei integrale îl constituie separarea "structurilor" conştiinţei de "stările" de conştienţă. Wilber subliniază că structurile psihice au o dezvoltare graduală, pe etape, în timp ce "stările" de conştienţă nu au această evoluţie graduală. De exemplu, atunci când starea non-dualã a devenit uşor accesibilă, visul devine conştient, întrucât individul este permanent conştient în orice "stare", inclusiv somnul cu vise, iar visul inconştient se transformă în vis lucid, controlabil de voinţă.

Combinând modelul conştiinţei multidimensionale, în care fiecare structură are 13 etape de dezvoltare, cu cele patru "stări" (fizice, subtile, cauzale şi non-duale), psihologia integrală wilberiană identifică 52 de transformări

principale posibile ale conştiinţei, de la gradul cel mai scăzut de dezvoltare şi până la nivelul ultim care poate fi atins de om, eliberarea definitivă de orice condiţionare prin spiritualizarea psihismului.

6. Rezumat

- Ken Wilber (n.1949) a fost supranumit de lumea ştiinţifică modernă "Einstein al conştiinţei", ca un elogiu adus celui mai mare cercetător al conştiinţei. În "Spectrul conştiinţei" este prezentat un model integrator al dezvoltării conştiinţei, de la pre-personal la trans- personal.
- Afirmându-se precoce ca un transpersonalist remarcabil "al înălţimilor", ulterior Wilber are ambiţia de a construi un sistem de psihologie integrală care include psihologie comportamentală, psihanalitică, umanistă şi transpersonală (toate cele patru mari forţe ale psihologiei universale), cu izvoare în psihologia analitică jungiană şi psihologiile orientale.
- Dezvoltarea psihică se realizează în trei forme (etape):

a). Structura indică existenţa, la nivelul fiecărui stadiu, a unui pattern holistic, integrator, care grupează elementele într-un tot unitar.

b) Nivelul arată că aceste pattern-uri tind să se dezvolte într-o secvenţă relaţională, fiecare etapă fiind o includere, dar şi o depăşire a celei precedente.

c) Undă(val) subliniază aspectul dinamic, fluid al dezvoltării.

Principalele etape ale dezvoltării - întâlnite şi la antici (Plotin) şi la orientali (Sri Aurobindo) sunt :

materie - corp - minte - suflet - spirit

- Fluxurile (streams) sau liniile de dezvoltare se referă la caracteristicile individuale: cogniţia, morala, motivaţia, voinţa, afectivitatea. Nu există nimic liniar în evoluţia globală a fiinţei umane.
- "Stările" neobişnuite de Cs. sunt patru: psihice, subtile, cauzale şi non-duale (toate sunt diverse tipuri de "misticism", în sensul spiritual, pozitiv).
- "Stările" conţin structuri: accesul la stările superioare (de ex. la starea non-dualã) este posibil doar dacă omul îşi dezvoltă structurile specifice.
- Psihologia integrală wilberiană demonstrează că structurile au o dezvoltare graduală, pe când stările nu au o astfel de dezvoltare.

Ken Wilber construieşte un model de Cs. multidemensională cu 52 de transformări posibile ale Cs., scopul final fiind spiritualizarea psihismului.

BIBLIOGRAFIE

Ken Wilber - No Boundary.Eastern and Western Approaches to Personal Growth, Boston & London, Shambhala, 1985 ;
Ken Wilber - Spectrum of Consciousness, Wheaton, Quest, 1977 ;
Ken Wilber - Atman Project, Wheaton, Quest, 1980 ;
Ken Wilber - Up from Eden, New York, Anchor Books, 1983 ;
Ken Wilber - A Summary of My Psychological Model-Outline of An Integral Psychology, 2001 (internet) ;
Ovidiu Brazdău - "Psihologia integrală (Ken Wilber)", capitol în vol. : I. Mânzat şi Ovidiu Brazdău, "Conştiinţa multidimensională din perspectivă psihosinergetică", 2002 (în curs de apariţie)
Sri Aurobindo - "Sinteza sistemelor Yoga. Yoga cunoaşterii integrale", Bucureşti, Editura Herald, 1999 ;
Charles Tart - Altered States of Consciousness, New York, Anchor Books, 1972, (I-a ed. 1969) ;
Abraham Maslow - Toward a Psychology of Being, New York, Van Nostrand (Co., 1968).

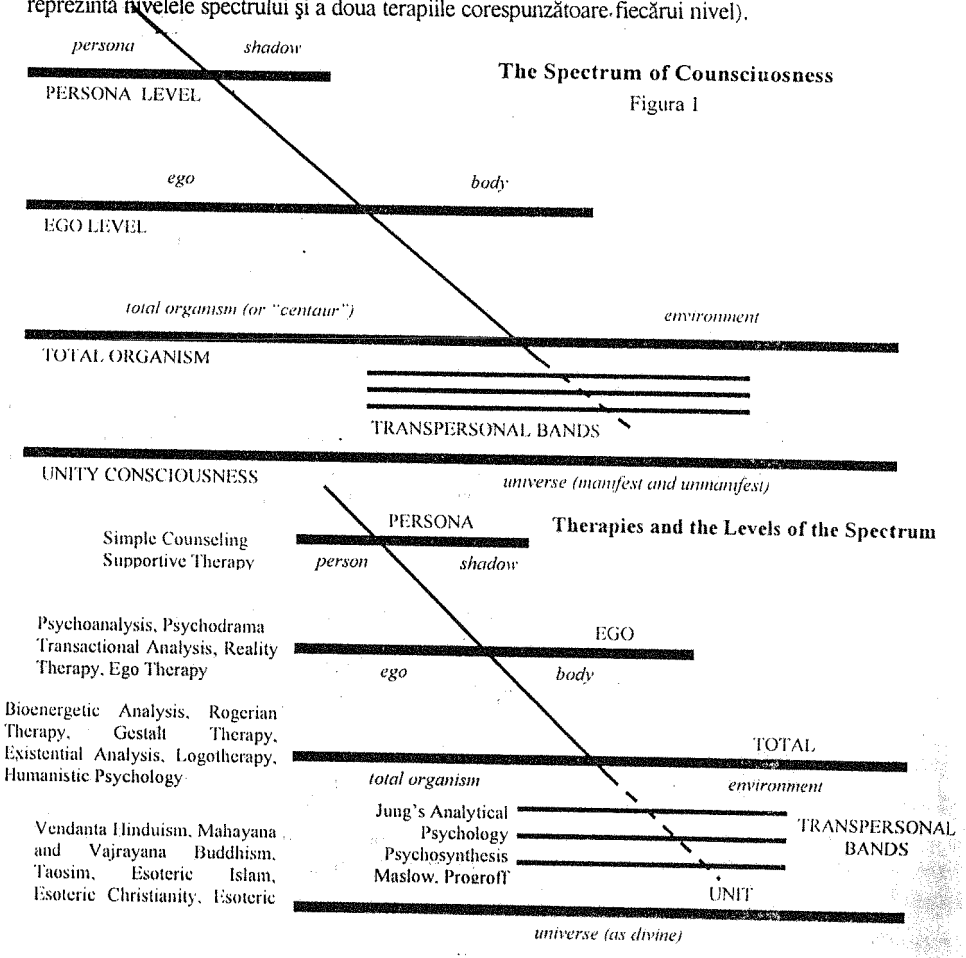
XIII SPIRITUL ESTE ASCENSIONAL ŞI SUPRAMENTAL

1. Spectrul conştiinţei – psihologia perenis
2. Stadiile dezvoltării conştiinţei (K. Wilber – "Up From Eden", 1983) şi chakra din tradiţia hindusă
3. Cvadrantele Wilber (modelul AQAL)
4. Rezumat
5. Bibliografie

1. Spectrul conştiinţei - "psihologia perenis"

Ken Wilber (1984), influenţat de Thomas H. Huxley (1825-1895), care vorbea de psihologia perenis, filosofie eternă şi universală asupra omului şi cosmosului, consideră că poate exista şi o psihologie perenis, psihologie eternă şi universală asupra conştiinţei (apud. M. Zlate, p.343-345).

Pornind de la ideea că personalitatea este expresia unor niveluri multiple ale conştiinţei unitare ("Unity Consciousness"), Wilber construieşte un spectru al conştiinţei cuprinzând cinci niveluri (conştiinţă pentadică), fiecare nivele caracterizându-se printr-un sentiment diferit de identitate personală şi traversând mai multe gradaţii, de la identitatea supremă a conştiinţei cosmice la sentimentul personal de identitate asociat conştiinţei Ego-ului (vezi cele două figuri originale din Ken Wilber, No boundary, 1985: prima figură reprezintă nivelele spectrului şi a doua terapiile corespunzătoare fiecărui nivel).



Dacă am să putem observa din cele două figuri, nivelurile spectrului wilberian sunt următoarele (de jos în sus):

(1) nivelul conştiinţei unitare sau al spiritului divin, cel mai intim nivel al Cs., identic cu realitatea absolută şi ultimă a universului, conştiinţa cosmică (R.M. Bucke, 1901), nivelul suprem de identitate;

(2) nivelul transpersonal, supraindividual: omul nu este deplin conştient de unitatea sa cu universul, dar nici nu se confundă cu organismul individual (la acest nivel apar arhetipurile – Jung, 1994);

(3) nivelul existenţial: omul se identifică cu organismul său psiho – fiziologic total, aşa cum există el în timp şi spaţiu; este nivelul la care linia de demarcaţie între Sine şi Altul, între organism şi mediu este clar trasată; la acest nivel încep să se dezvolte procesele gândirii raţionale şi voinţa; limitele superioare ale nivelului existenţial conţin factorii biosociali, materiali, culturali interiorizaţi, relaţiile de familie, conotaţiile sociale, "instituţiile" omniprezente (limbă, logică, etică, lege);

(4) nivelul Ego-ului: omul nu se mai identifică cu organismul total, ci cu o reprezentare mintală a persoanei sale, cu propriul EU care conţine, în adâncime, imaginea de sine;

(5) nivelul "umbrei": omul se identifică cu imaginea de sine sărăcită şi inexactă, în timp ce restul tendinţelor psihice considerate indezirabile sunt lăsate în "umbră".

Ken Wilber (1984, p. 145 - 148) precizează că oricare dintre aceste niveluri se caracterizează prin modele specifice de conştiinţă, prin tipuri distincte de dualisme (subiect - obiect; Sine – nonSine, organism – mediu), prin clase diferite de procese inconştiente asociate lor, ca şi prin modalităţi terapeutice proprii. Fiecare nivel dispune de o organizare structurală – funcţională proprie, deoarece este format dintr-o structură profundă şi dintr-o alta de suprafaţă.

Observaţie: Din analiza celor două figuri ale spectrului reiese că prima (de sus) reprezintă psihologia perenis, iar a doua (de jos) exprimă psihologia integrală care integrează toate genurile de psihoterapii, de la psihodramă şi psihanaliză, trecând prin analiza existenţială şi logoterapie, până la metodele esoterice orientale şi creştine.

2. Stadiile dezvoltării conştiinţei (apud K. Wilber, Up from Eden, 1983,p.250 - 251) şi cakra dintre tradiţia hindusă (apud. M. Eliade, 1993, p. 208 - 211)

În lucrarea Up from Eden (New York, Anchor Books, 1983), Wilber propune un model explicativ bazat pe delimitarea a nouă stadii de dezvoltare a conştiinţei, în acord cu dezvoltarea filogenetică şi ontogenetică. Acest model a fost proiectat după spectru, fără a-l contrazice, dar detaliindu-l şi amplificându-l. Prezentăm în continuare cele nouă stadii (explicate clar de L. Mitrofan, 2000, p.287 - 289):

(1) MATERIE sau fuziune materială – prima etapă a organizării structurale, concretizată în matricea primordială sau pleroma;

(2) CORP – sau nivel arhaic, care se referă la dezvoltarea inteligenţei senzo-motorii şi a impulsurilor sexual-emoţionale. Acest stadiu include conştiinţa corporală, senzaţiile, percepţiile şi emoţiile primare. Este o etapă a dezvoltării conştienţei echivalentă cu stadiul inteligenţei senzo-motorii deschis de Jean Piaget (1965), precum şi cu nivelul trebuinţelor bazale, fiziologice din piramida lui Abraham Maslow, ori cu stadiul simbolic teoretizat de Loevinger. El corespunde funcţional primei şi celei de-a doua chakre (mūlādhāra şi svādhisthāna), precum şi conceptelor anamayakoša (hrănirea corpului fizic) şi prānamayakoša (elan vital);

(3) MAGIC – prima modalitate cognitiv – simbolică, proces primar prin care se confundă partea cu întregul, interiorul cu exteriorul, aparenţa cu esenţa, subiectul cu obiectul, imaginarul cu realul. Acest stadiu include simple imagini, simboluri şi primele concepte rudimentare, sau primele producţii mentale "magice" bazate pe condensare, deplasare şi "omnipotenţa gândirii". Acestea corespund proceselor primare la S.Freud, stadiului paleologic, descris de Arieti şi gândirii preoperatorii ilustrată de J. Piaget. Magicul este asociat cu a treia chakră (manipūra) şi consonează cu dezvoltarea "moralităţii preconvenţionale" în accepţia lui Lawrence Kohlberg, cu stadiul impulsiv şi autoprotectiv descris de Loevinger, precum şi cu nivelul trebuinţelor de securitate din piramida lui Maslow;

(4) MITIC – stadiu încă antropomorfic, o mixtură între logic şi magic. Acest nivel poate fi comparat cu stadiul inteligenţei operaţional – concrete descris de J.Piaget, cu stadiul conştiinţei conformiste a lui Loevinger, cu stadiul moralităţii convenţionale a lui Kohleberg. Această etapă corespunde celei de a patra chakre anāhata (centrul inimii), precum şi conceptului manomayakosha-ei (Vedanta) şi manovijnāna – ei (Mahayana); este corelată cu trebuinţele de apartenenţă din piramida lui Maslow;

(5) RAŢIONAL – stadiul raţionalităţii egotice, corespunzătoare operaţiilor logice – propoziţionale, al judecăţilor şi raţionamentelor ipotetico – deductive (J.Piaget), în relaţie cu a cincea chakră (viśuddha), punct culminant în constituirea corpului mental. Corespunde stadiului conştient individualist, după Loevinger, moralităţii postconvenţionale, după L. Kohleberg, sau al trebuinţelor de Selfesteem, după A.Maslow;

(6) CORP – MINTE – integrarea mentalului verbal formal cu corpul emoţional (ceea ce K. Wilber) numeşte cu o metaforă revelatoare: "centaurul");

(7) PSIHIC – capacităţile psihice actualizate sau începuturile transpersonalizării. Stadiul "psihic" care nu se referă neapărat la capacităţi paranormale, deşi unele nu sunt excluse – se exprimă printr-un înalt nivel de dezvoltare a mentalului raţional, dincolo de inteligenţa formală, o structură care poate fi numită "viziune" integratoare (de ex. Sri Aurobindo); corespunde celei de a şasea chakră (□jn□), începutului manas-ului (Mahayana) şi vijnamakoša-ei (Vedanta); de asemenea,

corespunde stadiului integrării şi autonomiei după Loengiver, ca şi nevoilor de împlinire a Sinelui ("Selfactualization" - A. Maslow);

(8) SUBTIL sau ARHETIPAL - sălaşul arhetipurilor sau pattern-urilor transindividuale ale manifestării, nivelul "iluminării minţii", după Sri Aurobindo. Este punctul culminant al manas-ului şi vijnamayakoša-ei, o adevărată structură transraţională (nu preraţională şi nici antiraţională), pură intuiţie în sensul ei cel mai înalt, neconfundându-se cu emoţionalul sau cu trăirea corporală. Concepte corespondente sunt "formele" lui Platon, "bijamantra", "vasanas", începutul celei de a şaptea chakre (sahasrāra). Este începutul trebuinţelor de transcendere a Sinelui la A. Maslow;

(9) CAUZAL sau SPIRITUAL - nivelul final al dezvoltării conştienţei, Spiritul în sensul cel mai înalt, corelat al conceptelor de "fundamental Fiinţei", (Paul Tillich), "Substanţă eternă" (Spinoza), "Geist" (Hegel), dincolo de a şaptea chakră, anandamayakoša (corp sau stare beatifică în Vedanta), alayavijnana (Mahayana), kether (Kabbalah)

Stadiile dezvoltării conştiinţei în viziunea integrativă a lui Wilber ar putea fi reduse la trei:

- preraţionalul (corepunzător subconştientului);
- raţionalul (conştiinţa de sine sau conştientul);
- transraţionalul (supraconştientul).

Pentru a reliefa orientalismul profund al gândirii wilberiene (pe care Wilber nu-l recunoaşte întotdeauna deschis) vom prezenta, după M. Eliade (1993, p. 207 - 211) cele şapte cakre din tradiţia hindusă.

Corpul - corp fizic şi "subtil" în acelaşi timp - este alcătuit dintr-un număr de nādi (literal canale, vase, vene sau artere, dar şi "nervi") şi chakre (literal cercuri, discuri, tradus frecvent prin "centri"). M. Eliade (1993,p. 205) spune că energia vitală, sub forma sulfurilor", circulă prin nādi, iar energia cosmică şi divină se află, latentă în chakre.

(1) Mūlādhāra chakra (mūla = rădăcină) este prima chakră, situată la baza coloanei vertebrale, are forma unui lotus roşu cu patru petale, în mijlocul lotusului se află un pătrat galben, emblemă a elementului Pământ. Această chakră se află în legătură cu forţa coezivă a materiei, cu inerţia, naşterea sunetului, simţul olfactiv etc.; facultate trezită: Conştiinţa fiinţei;

(2) Svādhisthāna chakra este situată la baza organului generator masculin; lotus cu şase petale roşii portocalii, în mijlocul lotusului se află o semilună albă. Această chakră se află în relaţie cu elementul Apă, culoarea albă, simţul gustului, mâna, etc.; facultate trezită: Memorie;

(3) Manipūra chakra (mani=bijuterie; pūra = cetate), situată în regiunea ombilicului; lotus albastru cu zece petale, având în mijloc un triunghi roşu; se află în legătură cu elementul Foc, Soarele, simţul văzului etc.; facultate trezită = Senzaţiea;

(4) Anāhata chakra(sunetul mistic) - regiune a inimii, culoare roşie, lotus cu 12 petale aurite; la mijloc două triunghiuri dispuse sub forma "pecetei lui Solomon". An□hata chakra este în legătură cu elementul Aer, cu

simţul tactil, falusul, forţa motrice, sistemul sangvin, etc.; facultate trezită: Cunoaştere;

(5) Višuddha chakra (chakra purităţii) - regiunea gâtului, lotus cu 16 petale de culoare roşie - cenuşie, având la mijloc un cerc alb, închizând un elefant. Se află în legătură cu Eterul, culoarea albă, sunetul, pielea, etc.; facultate trezită: Calaraudiţie;

(6) Ājnā chakra (ordin, poruncă), situat între sprâncene, lotus alb cu două petale, în lotus este înscris un triunghi alb, cu vârful în jos; sediul facultăţilor cognitive, în modalitatea lor subtilă; facultate trezită: Clarviziune;

(7) Sahasrāra chakra (sahasra = o mie) - chakra supremă, deschiderea lui Brahma, în creştetul capului, înfăţişată sub forma unui lotus cu o mie de petale. În mijlocul lotusului se află luna plină care închide un triunghi; aici se experimentează unirea finală a lui Siva cu Sakti; aici ajunge Kundalini după ce a traversat cele şase chakre inferioare. Sahasr□ra nu mai aparţine nivelului corpului, desemnând deja planul transcendent; facultate trezită: permanenţa conştiinţei.

Caracterul "orientalist" al gândirii lui Wilber nu micşorează cu nimic meritele autorului, care realizează sinteza complementară dintre psihologia occidentală şi tradiţiile spirituale orientale.

De astfel, John Rowan (1992, p. 100) încearcă să înţeleagă analogiile dintre nivelurile spectrului wilberian şi cele 7 nivele energetice ale chakrelor, în felul următor:

- nivelul de bază (prima chakră) - o parte din ceea ce Wilber numeşte corpul timpuriu;
- nivelul sexual (a II-a chakră) - o altă parte a corpului;
- nivelul energiei active (a III-a chakră) - a treia parte a corpului;
- nivelul inimii (a IV-a chakră) - ceea ce Wilber numeşte emoţii;
- nivelul gâtului, al comunicării (a V-a chakră) - intelectul (la Wilber);
- nivelul celui de-al treilea ochi (a VI-a chakră) - sufletul (Wilber);
- nivelul lotusului cu o mie de petale (a VII-a chakră) - ceea ce corespunde cu spiritul (Wilber).

Cele 5 niveluri wilberiene sunt: corpul, emoţiile + intelectul (=mintea), sufletul şi spiritul. Reiese, în ambele cazuri, aceeaşi dezvoltare psihospirituală, care ţinteşte spiritualizarea trupului şi psihicului. Nivelul sufletului este încă multiplu şi compus, de aceea, muritor. Nivelul spiritului este unitar (sinteză) şi necompus, de aceea - nemuritor.

Observaţie: Ceea ce Maslow numeşte "peak experience", S. Grof numeşte experienţe transpersonale care îl introduc pe subiect într-o stare de armonie sau beautitudine, sau Sinele transcendent al lui Wilber seamănă cu ceea ce în Vedanta se numeşte Sat-Chit-Ananda (skrt.: "existenţă, conştiinţă, fericire), adică ceea ce transpersonaliştii numesc "existenţă spirituală". Este o expresie creată plecând de la conceptele: 1. Sat: existenţa şi fiinţa absolută, eternă, identică cu Brahman (la fel ca şi Chit ori Ananda); 2. Chit - conştiinţa absolută care înglobează şi cele patru stări de conştiinţă: starea de veghe, de vis, de somn profund şi Samadhi (Chit este Conştiinţa Supremă, identică cu Dumnezeu, este, după Vedanta, o "Lumină mai strălucitoare decât aceea produsă de o mie de

Sori"); 3. Ananda – beautitudine, fericire supremă.

În faţa imposibilităţii de a traduce în cuvinte Absolutul (Ultima Realitate, Brahman), este utilizată această formulare verbală şi combinaţie conceptuală, pentru a stimula intuiţia adeptului care aspiră la eliberare (Moksha).

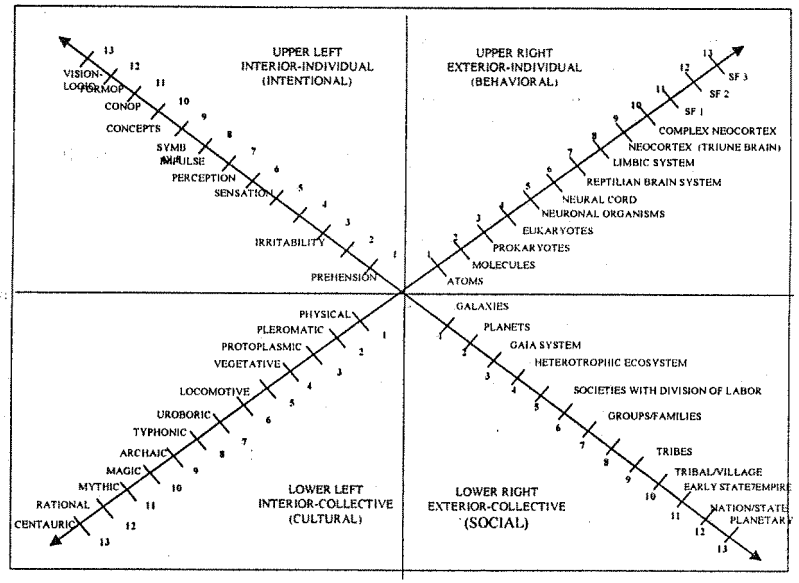
3. Cvadrantele Wilber (modelul AQUAL)

După cum relatează Ovidiu Brăzdău (2002), pentru a descrie şi explica integral dezvoltarea conştiinţei multidimensionale, Ken Wilber realizează modelul AQUAL (all-quadrant, all-level = toate nivelurile sau toate dimensiunile) după cercetarea aprofundată a peste 200 de abordări ale existenţei umane, de la biologie moleculară şi fizică cuantică la antropologie, lingvistică, hermeneutică şi religii orientale (vezi figura cu cele 4 cvadrante).

Cvadrantul dreapta- sus (DS) este probabil cel mai familiar, incluzând ierarhia reprezentată de ştiinţa modernă a evoluţiei: de la atomi la celule, molecule, organisme. Fiecare include şi depăşeşte nivelul anterior, dar nu şi invers, aceasta fiind regula evoluţiei. Fiecare partea a acestui "lanţ" evolutiv este numită de Wilber *holon*, pentru a arăta că există atât individual, cât şi ca parte a unui întreg mai extins (de exemplu celula există şi funcţionează individual, dar şi într-un organ, având funcţii specifice). Dezvoltarea de la atom la neocortexul complex, inclusă în acest cvadrant, s-a realizat simultan cu evoluţia comunităţilor, colectivităţilor prezentată în cvadrantul dreapta -jos (DJ). În acest cvadrant evoluţia colectivă se desfăşoară într-un fel invers faţă de cvadrantul DS, întrucât entităţile devin mai mici, pe măsură ce evoluează (planetele sunt mai mici decât galaxiile, familiile sunt mai reduse decât planetele, etc.), până la momentul în care s-a produs organizarea în grupuri mai largi (naţiuni), care au inversat sensul, entităţile colective extinzându-se până la nivel planetar.

Partea dreaptă a modelului include fenomene empirice, observabile, de aceea au fost denumite "exterioare", fiind realităţi obiective. Cealaltă parte a modelului se referă la aspectul interior al dezvoltării umane. Cvadrantul stânga - sus (SS) se referă la evoluţia proceselor psihice, senzoriale şi cognitive. Ultimile etape (operaţii concrete-*conop*, operaţii formale-*formop* şi raţiune sintetică - *vision-logic*) corespund structurilor cerebrale notate SF1, SF2 şi SF3 în cvadrantul DS, care reprezintă structuri de organizare superioară a cortexului.

Cvadrantul SS reprezintă, de fapt, partea interioară, individuală a fiecărui *holon*-entităţi de la acelaşi nivel de dezvoltare din celelalte cvadrante, care împreună definesc aceeaşi realitate.



Cele patru direcţii ale Cosmosului. Aspectul multidimensional al conştiinţei (Wilber, 1997)

Dezvoltarea unui individ se realizează sub influenţa altor indivizi (Sinele & Alter). De aceea, Wilber a adăugat cvadrantul stânga-jos (S.J). În cadrul acestei evoluţii culturale se pot identifica diferite etape: uroboros se referă la nivelul creierului analitic, typhonic înseamnă emoţional - sexual. Se trece astfel de la nivelul locomotor spre arhaic, magic, mitic, raţional şi spre ultima etapă identificată, numită centauric prin care înţelegem integrare - corp - minte şi o activitate mintală sintetică.

În rezumat, partea de sus a modelului se referă la entităţile - holoni individuale, iar partea de jos la formele lor colective. Partea dreaptă descrie aspectul lor exterior, obiectiv în timp ce partea stângă se referă la interior, subiectiv. Astfel a luat naştere o reţea formată din exterior - individual (manifestabil), exterior - colectiv (sau social), interior colectiv (cultural) şi interior - individual (intenţional).

Acest model integrator este folosit de Wilber pentru a explica şi descrie manifestarea conştiinţei. Deoarece fiecare cvadrant are propriul său "adevăr", orientările ştiinţifice care se axează doar pe manifestările dintr-un cvadrant, vor cuprinde doar "advărul" respectivului cvadrant. Tocmai de aceea, o ştiinţă a conştiinţei trebuie să ţină cont de toate aspectele precizate: intenţionabil - subiectiv, manifestaţional, cultural şi social. Conştiinţa nu este localizată în nici un caz cvadrant, ea este prezentă în fiecare entitate -holon din fiecare cvadrant, în grade diferite de expansiune. Conştiinţa nu poate fi localizată doar în individual

(partea de sus a modelului), întrucât este ancorată şi în contextul cultural. Fără acest fundal cultural, care include practici de transformare şi evoluţie, intenţiile individuale nu pot fi puse în aplicare.

Aşadar, Conştiinţa nu este strict localizată nici în creier sau organismul fizic, nici în sistemul ecologic sau în contextul cultural şi nici nu izvorăşte din aceste domenii. Mai degrabă, Conştiinţa este distributivă în toate aceste părţi, la toate nivelele.

Ca răspuns la problema "dificilă" ("hard problem"), cum a fost definită de David Chalmers explicarea apariţiei conştiinţei din creier, Wilber propune considerarea experienţei conştiente ca fiind trăsătură fundamentală, ireductibilă. În loc să se ocupe de problema filosofică a conştiinţei extinse, Wilber le propune savanţilor să o trăiască, să o experimenteze în direct.

Astfel, apare o nouă metodologie a studiului ştiinţific şi transştiinţific al conştiinţei, care trebuie să ţină seama de două aspecte:

a) Relaţionarea manifestărilor conştiinţei cu aspectele din fiecare cvadrant, într-o abordare integrală, din toate perspectivele.
b) Transformarea interioară a cercetătorului însuşi (asemenea alchimistului - I. Mânzat, "Secretul alchimiei spirituale", 1975). Evoluţia cercetătorului este esenţială, întrucât studierea în special a aspectelor non-duale, transcendente, nu se mai poate realiza la nivel analitic, ci doar într-un stadiu cognitiv sintetic.

4. Rezumat

- Psihologia perennis, prin transfer de la philosophia perennis (Th.Huxley), este psihologia eternă şi universală;
- Ken Wilber construieşte un spectru al conştiinţei cu 5 niveluri: 1) nivelul conştiinţei unitare sau al spiritului divin; 2) nivelul transpersonal; 3) nivelul existenţial (organismul total); 4) nivelul Ego-ului; 5) nivelul "umbrei".
  - fiecare nivel are o organizare structural funcţională proprie, fiind format dintr-o structură de adâncime şi una de suprafaţă;
  - fiecărui nivel îi corespunde o anumită categorie de psihoterapii.
- Psihologia integrală este concepţia post - transpersonală a lui Wilber care încearcă sinteza celor patru forţe ale psihologiei şi a psihoterapiilor corespunzătoare.
- Dezvoltarea conştiinţei se realizează în 9 stadii (Up from Eden, 1983): Materie - Corp - Magic - Mitic - Raţional - Corp + Minte - Psihic - Subtil sau arhetipal - Cauzal sau Spiritual.

  Aceste stadii pot fi reduse la trei:

  - prerațional (subconştientul);
  - raţionalul (conştiinţa de sine);
  - transraţionalul (supraconştientul).

- Această stadialitate are unele asemănări cu cele şapte chakre din tradiţia hindusă (Yoga). Conştiinţa multidimensională şi unitară a lui Ken Wilber seamănă cu Sat- Chit - Ananda (Vedanta).
- Explicaţia integrală a tuturor transformărilor conştiinţei unitare este prezentată în modelul AQAL cu cele 4 cvadrante: 1) Stânga - Sus: interior - individual (intenţional); 2) Dreapta - Sus: exterior individual (comportamental); 3) Stânga - Jos: interior - colectiv (cultural); 4) Dreapta - Jos: exterior - colectiv (social).

  Din acest model integrator reiese că, în esenţă, Cs. nu este strict localizată nici în creier sau organism, nici în sistemul ecologic sau în contextul cultural şi nici nu izvorăşte din aceste domenii; Cs. este distributivă în toate aceste părţi, la toate nivelurile.
- Reiese că Wilber încearcă să elaboreze o nouă metodologie a cercetării conştiinţei, caracterizată prin:

a) relaţionarea manifestărilor conştiinţei cu aspectele din fiecare cvadrant într-o abordare integratoare;
b) transformarea interioară a cercetătorului însuşi (alchimie spirituală).

BIBLIOGRAFIE

Ken Wilber - Spectrum of Consciousness, Wheaton, Quest, 1977;
Ken Wilber - No Boundary, Boston & London, Shambhala, 1985;
Ken Wilber - Up from Eden, New York, Anchor Books, 1983;
Ken Wilber - The Eye of the Spirit, Boston, Shambhala, 1997;
Mielu Zlate - "Introducere în psihologie", Iaşi, Polirom, 2000, p.343 - 346;
Carl Gustav Jung - "În lumea arhetipurilor", Bucureşti, Editura Jurnalul Literar, 1994;
Ovidiu Brăzdău - "Psihologia integrală" (K. Wilber), în vol.: I. Mânzat şi O Brăzdău: "Conştiinţa multidimensională din perspectiva psihosinergetică" (apare în 2002);
M. Eliade - "Yoga. Nemurire şi libertate", Bucureşti, Ed. Humanitas, 1993, p. 208 - 212;
Laurenţiu Mitrofan - "Problematica Sinelui în psihologia transpersonală", Bucureşti, în vol I. Mânzat (coord), 2000, op. cit.;
A. Maslow - Toward a Psychology of Being, New York, Van Nostrand Co., 1968;
I. Mânzat - "Secretul alchimiei spirituale", Revista "Univers Psiho", 1995.

XIV SINELE TRANSCENDEN
(K. Wilber, No Boundary)

1. Sinele sau martorul transpersonal
2. Intuiţia transpersonală – intuiţie a nemuririi
3. Sinele transcendent –o rază a Divinităţii
4. Unitatea conştiinţei sau Conştiinţa unitară
5. Rezumat
6. Bibliografie

1. Sinele este martorul transpersonal

În volumul No Boundary (1985, pp. 123-138), Ken Wilber include un capitol (IX), intitulat Sinele în trascendenţă. În cadrul acestei prelegeri, vom reda unele fragmente din acest capitol (în excelenta traducere a studentei, anul II, de la Universitatea "Titu Maiorescu", Doamna Anacaona Mândrilă).

Wilber (1985, p. 125) menţionează că C. G. Jung a fost primul mare psiholog european care a descoperit şi a explorat teritoriul transpersonal al Cs. umane. Inconştientul colectiv ("mintea strămoşilor noştri cărunţi") nu este individual nici personal – cum era inconştientul freudian - ci, supra-individual, transpersonal, transcendent (I. Mânzat, 2000; L. Mitrofan, 2000). Adânc îngropată în fiinţa fiecăruia dintre noi se află mitologia transcenderii. "A trăi mitologic înseamnă să începi să cuprinzi cu mintea transcendentul, să-l vezi viu în tine, în viaţa ta, în munca ta, în prietenii şi mediul tău de viaţă. Mitologia ne face să ne deschidem exact în faţa unei asemenea lumi a transcenderii". (K. Wilber, 1985, p. 126-127).

Wilber ne provoacă, în acest context al conştiinţei mitologice, să examinăm trecerea de la Sinele jungian, ca arhetip central al persoanei, la un Sine mai înalt, un Sinele transcendent. Wilber ne îndeamnă să schimbăm, să inversăm direcţia de orientare: din adâncuri spre înălţimi.

Pentru acest demers Wilber ne propune un exerciţiu, care poate deveni o metodă de transcendere (p. 128-129):

"Observă, în primul rând, semnele distincte ale Sinelui transcendent: el este un centru şi în acelaşi timp o întindere vastă de conştiinţă (subl. ns.), detaşat în mod creativ de mintea, corpul, emoţiile, gândurile şi simţămintele personale. Dacă vrei să încerci să instrueşti acest Sine transcendent din adâncul tău, care merge dincole de tine, acel "tu" care nu eşti tu, încearcă aşa:

Să reciţi în gând următoarele, încercând să înţelegi, într-un mod cât mai viu posibil, sensul fiecărei afirmaţii:

- *Am un corp, dar eu nu sunt corpul meu. Îmi pot vedea şi simţi corpul, iar ceea ce poate fi văzut şi simţit nu este adevăratul Văzător. Corpul meu poate fi obosit sau surescitat, bolnav sau sănătos, greu sau uşor, dar nu are nimic comun cu interiorul meu. Am un corp, dar eu nu sunt corpul meu.*
- *Am dorinţe, dar eu nu sunt derinţele mele. Îmi pot cunoaşte dorinţele, iar ceea ce poate fi cunsocut nu este adevăratul Cunoscător. Dorinţele vin şi se duc, plutind prin conştiinţa mea, dar nu îmi afectează Eul interior. Am dorinţe dar eu nu sunt dorinţele mele.*
- *Am emoţii, dar eu nu sunt emoţiile mele. Îmi pot sinţi şi percepe emoţiile, iar ceea ce poate fi simţit şi perceput nu este adevăratul Simţitor. Emoţiile trec prin mine, dar nu-mi afectează Eul interior. Am emoţii, dar eu nu sunt emoţiile mele.*
- *Am gânduri, dar eu nu sunt gândurile mele. Îmi pot cunoaşte şi intui gândurile, iar ceea ce poate fi cunoscut nu este adevăratul Cunoscător. Gândurile mă vizitează şi pleacă, dar nu îmi afectează Eul interior. Am gânduri, dar eu nu sunt gândurile mele."* (Wilber, 1985, p. 128-129).

Făcând acest exerciţiu (de mai multe ori la rând), persoana în cauză afirmă cât mai concret cu putinţă: Eu sunt ceea ce rămâne, un centru pur de conştiinţă, un MARTOR neclintit al tuturor acestor gânduri, emoţii, simţăminte şi dorinţe.

Iată ce ne învaţă mai departe Wilber (1985, p. 129-130):

"Dacă perseverezi în efectuarea unui astfel de exerciţiu, sensul ascuns în el va ieşi la suprafaţă mai repede şi vei începe să observi modificări fundamentale ale percepţiei tale despre Sine. De exemplu, ai putea să începi să intuieşti un simţământ interior profund de libertate, despovărare, desprindere, stabilitate. Acest izvor, acest <<centru al ciclonului>> îşi va păstra nemişcarea lucidă chiar şi în mijlocul vânturilor dezlănţuite ale anxietăţii ...Descoperirea acestui centru martor seamănă foarte mult cu o scufundare dincolo de valurile ameninţătoare de la suprafaţa unui ocean în furtună, până la adâncimele liniştite şi sigure ale fundului mării. La început, poate nu vei reuşi să cobori mai mult de câţiva metri sub valurile agitate ale emoţiilor, dar, cu perseverenţă, poţi dobândi capacitatea de a te scufunda la mari adâncimi, în profunzimea caldă a sufletului tău şi, stând întins pe fundul acestei mări, vei putea privi în sus, alert, dar detaşat, la frământările care, cândva, te-au ţinut prizonier."

În acest citat, Ken Wilber se referă la Sinele sau martorul transpersonal. Însă în conştiinţa pură a unităţii, însăşi martorul transpersonal se năruie în toate cele la care este martor. Dar înainte să se poată întâmpla aşa ceva – spune Wilber (1985, p. 130)- personalitatea trebuie să descopere acest martor, care funcţionează apoi ca un "punct de lansare" mia propice pentru atingerea Conştiinţei Unităţii. Iar acest martor transpersonal îl găsim pe calea detaşării de toate obiectele particulare, procesele metale, emoţionale sau volitionale, pe care astfel le transcend.

2. *Intuiţia transpersonală –intuiţie a nemuririi*

Din postura martorului transcendent, persoana începe să îşi privească mintea-şi-trupul în acelaşi fel în care priveşti orice al obiect al conştiinţei, fie că e vorba de o masă, de un copac, un câine sau o maşină. S-ar putea înţelege prin aceasta că vom ajunge să ne tratăm organismul cu acelaşi dispreţ pe care îl dovedim uneori faţă de mediul înconjurător. Dar lucrurile se petrec – după părerea lui Wilber (1985, p. 134)- tocmai invers: începem să tratăm obiectele din mediu ca şi cum ar face parte din noi înşine. Această atitudine reprezintă rezultatul intuirii faptului că lumea este într-adevăr trupul fiecăruia dintre noi şi trebuie considerată ca atare. Din acest tip de intuiţie transpersonală izvorăşte compasiunea universală pe care misticii pun atât de mult accent. Această compasiune sau iluzie este diferită calitativ de iubirea care poate fi găsită la nivelurile persona, ego sau centaur (vezi: Spectrul conştiinţei). La nivelul transpersonal începem să-i iubim pe ceilalţi nu pentru că ei ne iubesc, ne spijină, ne oglindesc sau ne întreţin iluziile, ci pentru că ei sunt noi. Învăţătura fundamentală a lui Hristos – spune Wilber (1985, p. 134)- nu înseamnă "Iubeşte-ţi aproapele aşa cum te iubeşte pe tine însuţi", ci: "Iubeşte-ţi aproapele ca Sine al tău". Şi nu doar aproapele, ci întregul mediu. Atfel că începi să te ingrijeşti de ceea te încojoară

aşa cum te îngrijeşti de propriile tale braţe şi picoare. La acest nivel relaţia cu mediul înconjurător este aceeaşi cu relaţia ta cu propriul organism, ne îndeamnă Wilber să ne amintim.

"La nivelul martorului transpersonal, al Sinelui arhetipal, se poate să-ţi redobândeşti o intuiţie fundamentală, intuiţie pe care, probabil, o aveai în copilărie. Adică: din moment ce conştiinţa transcende, în mod fundamental, organismul individual, atunci: 1). este una singură şi 2). este nemuritoare (Wilber, 1985, p. 134).

Orice persoană care începe să intuiască SINELE TRANSPERSONAL îşi va da seama că nu există decât un singur Sine care ia toate formele exterioare, căci fiecare persoană are intuiţia indentică a aceleiaşi sineităţi interioare care transcende trupul. Ba, mai mult, Sinele unic transcende mintea şi trupul şi realizează sinteza dezbrăcată de forme, sinteza pură şi esenţializată. Sinele unic este, prin urmare, esenţialmente unul si acelaşi în toate fiinţele conştiente (Sri Aurobindo: Sinele este principiul transcendent şi permanent).

În opinia lui Wilber (1985, pg.135), care urmează tradiţia hindusă, intuiţia Sinelui este intuiţia nemuriri: "Insight-ul referitor la faptul că Sinele transcendent trece dincolo de organismul individual aduce după sine şi intuiţia nemuririi. Majoritatea oamenilor nutresc simţământul intern că sunt nemuritori. Nu-şi pot imagina propria non-existenţă. Nimeni nu poate! (Wilber exagerează, pentru că filosofii şi psihologii existenţialişti pun în relaţie existenţa cu neantul; vezi de ex.: J.P.Sartre, "L. Etre et le Neant" 1943 -nota).

a) Dar pentru că există doar ca persoana, ego sau centaur – continuă Wilber - omul obişnuit îşi imaginează în mod fals că Sinele său individual va trăi veşnic şi-şi doreşte cu ardoare acest lucru. Nu este adevărat că mintea, ego-ul sau trupul sunt nemuritoare. Şi ele, ca toate substanţele compuse, vor muri. Mor câte puţin chiar în clipa aceasta şi nici una dintre ele nu va supraveţui veşnic. Reîncarnarea nu înseamnă că ego-ul tău va traversa existenţe succesive, ci că Sinele trescendent este "unicul şi singurul transmigrator", după cum spunea Shankara".

Aşadar, într-un anumit sens, Sinele nostru este fals, separat (Sinela fals a fost studia de H. Kohut, 1971) trebuie să "moară", pentru ca în noi să se trezească la viaţă Sinele nostru nemuritor şi transcendent. De aici faimosul paradox oriental: "Dacă mori înainte să mori, nu vei muri," şi proverbul misticilor: "Nimeni nu este mai aproapre de Dumnezeu decât cel care este mort de-a binelea".

Aceasta este motivul pentru care atât de mulţi oameni care practică în mod serios o formă sau alta de terapie transpersonală afirmă că nu se mai tem de moarte.

3. *Sinele transcendent este o rază a Divinităţii*

Există ceva în Sine – acel simţământ profund de sineitate, care nu este amintire, gând, minte, trup, experienţă, ambianţă, sentimente, conflicte, senzaţii sau dispoziţii. Pentru că toate acestea s-au schimabt şi se pot schimba fără să afecteze în mod substanţial acea sineitate interioară. Aceasta este ceea ce rămâne neatins de trecerea timpului şi acesta este martorul şi Sinele transpersonal. Aşadar, Sinele nu este amintire, ci martorul amintirii.

Iată şi explicaţia dată de Ken Wilber (1985, p. 137): "Probabil că nu-ţi aminteşti nici măcar ceea ce ţi s-a întâmplat acum o lună şi totuşi eşti Sine. Aşadar, ce importanţă este că nu-ţi aminteşti ce s-a întâmplat secolul trecut? Eşti transcendent, iar acel Sine - unul singur în întreg cosmosul- este acelaşi Sine care se trezeşte la viaţă în fiecare fiinţă nou-născută, acelaşi Sine care a privit asupra strămoşilor noştri şi va privi asupra descendenţilor noştri, unul şi acelaşi Sine. Ni se pare că este alt Sine în fiecare persoană numai pentru că facem greşeala de a indentifica sineitatea interioară, transpersonală cu memoria, mintea şi trupul exterioare şi individuale, care sunt într-devăr diferite de la o persoană la alta".

Sinele interior şi transcendent, după cum ne explică în continuare K. Wilber, nu s-a născut odată cu trupul nostru şi nici nu va înceta să mai existe odată cu moartea. Nu recunoaşte timpul şi nici nu se îngrijeşte de suferinţele personale. Este lipsit de culoare, de relief, de formă, de mărime, şi totuşi desfăşoară întreaga maiestuozitate a lumii chiar în faţa ochilor persoanei. Vede soarele, norii, stelele, şi luna, dar el însuşi nu poate fi văzut. Aude păsările, greierii, cântecul cascadei, dar el însuşi nu poate fi auzit. Cuprinde în el frunza căzută, stânca aspră, ramura noduroasă, dar el însuşi nu poate fi cuprins.

Aşadar, nu trebuie să încercăm să ne vedem Sinele transcendent, pentru că oricum nu poate fi văzut, "Ochiul tău poate să se vadă pe sine?".

Să-i dăm din nou cuvântul lui Wilber însuşi (1985, p. 137-138):

"Ori de câte ori te identifici cu o problemă, o anxietate, o stare mentală, o amintire, o dorinţă, o senzaţie sau emoţie trupească, te oferi pradă captivităţii, limitării, fricii, constrângerii şi, în ultimă instanţă, morţii. Toate acestea pot fi văzute şi aşadar, nu sunt Văzătorul. Pe de altă, a rămâne mereu în postura Văzătorului, a Martorului, a Sinelui, înseamnă a te distanţa de limitări şi probleme şi, în final, a te elibera de ele.

Este un lucru simplu, dar care cere perseverenţă, iar rezultatele lui constau în nimic mai puţin decât eliberarea în această viaţă, căci pretutindeni Sinele transcendent este recunoscut ca o rază a Divinităţii.

Sinele tău transcendent este de natură divină (indiferent cum îl concepi pe Dumnezeu). Căci, în ultimă instanţă, în profunzime, Dumnezeu şi doar El este cel care priveşte prin ochii tăi, ascultă cu urechile tale şi vorbeşte cu gura ta. Cum altfel ar fi putut Sf. Clement să afirme că acela care se cunoaşte pe Sine îl cunoaşte pe Dumnezeu ?"

În încheierea capitolului său despre Sinele transcendent, Ken Wilber ne prezintă mesajul lui Jung, mesajul sfinţilor, al înţelepţilor şi misticilor, fie ei amerindieni, taoişti, hinduşi, islamişti, buddhişti sau creştini:

"În adâncul sufletului tău se află sufletul umanităţii însăşi, un suflet divin, transcendent, care conduce de la captivitate la eliberare, de la adormire în vrajă la deşteptare, din timp în eternitate, de la moarte la nemurire."

4. Unitatea conştiinţei sau Conştiinţa unitară ("Unity Consciousness")

Pentru Wilber, atingerea Sinelui reprezintă dobândirea conştiinţei universului, a ceea ce el numeşte "Conştiinţa unităţii". Conceptul depăşeşte cu mult sfera individului, căpătând valenţele nemuririi.

Cs. unitară este momentul din afara timpului, ea este prezentul etern. Ea nu este o stare diferită de alte stări, ci "condiţia şi natura adevărată a tuturor stărilor", neavând graniţe. (No boundary).

Analizând spectrul lui Wilber, autorul ne îndeamnă să înţelegem că fiecare nivel al spectrului este asemănător cu o undă. "Conştiinţa unitară nu mai este o undă particulară, ea este apa însăşi. Şi nu există graniţe şi nici vreo deosebire între apă şi oricare undă; adică apa este egal prezentă în toate undele, în sensul că nici o undă nu este mai udă decât celelalte".

Ken Wilber (No Boundary, 1985, pg.144) spune că Buddhismul Zen are o zicală frumoasă: honsho-myoshu înseamnă "iluminarea originară este practică spirituală". Conştiinţa unitară nu este o stare viitoare care rezultă dintr-o anumită practică, întrucât aceasta ar însemna că are un început în timp, că ea nu există acum, dar va exista mâine. În fond, "the unity consciouness" este prezentul etern în care psihicul se spiritualizează.

Adică această Cs. unitară este întotdeauna prezentă, este honsho al nostru, "iluminrea originară" din noi, originară nu pentru că apare în vremuri arhaice, ci pentru este origina şi solul acestei clipe. Iluminarea este origina formei prezente. Myoshu, practica spirituală, este mişcarea sau activitatea acestei origini; este funcţia care corespunde iluminării originare.

Conştiinţa unitară wilberiană este atât "iluminarea originală", cât şi "practică spirituală" spre desăvârşire, universalizare şi nemurire, este trecerea spiritului uman în spiritul universal şi în eternitate.

5. Rezumat

- Mitologia transcenderii este adânc îngropată în Fiinţa noastră; a trăi mitologic înseamnă să cuprinzi în minte transcendentul.
- Sinele transcendent wilberian este un centru, dar şi o întindere vastă de Cs.; el merge dincolo de tine, dincolo de Sine, este "acel tu care nu eşti tu". În acest sens Wilber ne propune un exerciţiu care poare deveni, prin repetare, metodă de transcendere a Sinelui.
- Sinele transcendent este un centru pur de Cs., un martor al tuturor gândurilor, emoţiilor, sentimentelor şi dorinţelor.
- Intuiţia transpersonală este calea de pătrundere în acest centru. Această intuiţie ne spune: 1) Cs. este una singură şi 2) este nemuritoare.
- Prin intuiţie aflăm că există un singur Sine, care este unul şi acelaşi în toate fiinţele. Intuiţia Sinelui este intuiţia universalului şi a nemuririi.

- Sinele nu este amintire, ci martorul amintirii.
- Pretutindeni Sinele transcendent este recunoscut ca o rază a Divinităţii : "acela care se cunoaşte pe sine îl cunoaşte pe Dumnezeu".
- Prin Sinele transcendent se ajunge la "Unity Consciousness", ultimul stadiu al dezvoltării conştiinţei din spectrul wilberian.
  - Cs. unitară este prezentul etern ;
  - Celelalte stadii din spectru, sunt unde, Cs. unitară este apa egal prezentă în toate undele ;
  - Cs. unitară (cf. Zen) este "iluminarea originară" şi "practică spirituală" de universalizare şi nemurire ; acesta este ultimul nivel al spectrului în care psihismul se spiritualizează.

BIBIOGRAFIE

The Self in Transcendence (cap. IX) şi The Ultimate State of Consciousness (cap.X) din : Ken Wilber, No Boundary. Eastern and Western Approaches to Personal growth, Boston&London, Shambhala, 1985 ;
Carl Gustav Jung - "În lumea arhetipurilor", Bucureşti, Editura Jutnalul Literar, 1994 ;
Sri Aurobindo - "Yoga cunoaşterii integrale. Sinteza sistemelor yoga", Bucureşti, Ed. Herald, 1999 ;
Jean Paul Sartre - L'Etre et le Neant, Paris, 1943 ;
I. Mânzat - "Procesul de sineizare şi starea de sineitate", în vol. I. Mânzat (coord.), op. cit., 2000 ;
L. Mitrofan - "Problematica Sinelui în psihologia transpersonală", în vol.I.Mânzat (coord.) op. cit., 2000 ;
H. Kohut - The Analysis of the Self, New York, 1971 ;
R.M. Bucke - Cosmic Consciousness, New York, E.P. Dutton&Co. Inc., 1969 (I-a ed., 1901) ;
D.T. Suzuki - Mysticism, Christianism and Buddhism, London, Allen&Unwin, 1988 (I-a ed., 1957).

XV PSIHOTERAPII TRANSPERSONALE

1. Virtuţile şi limitele psihoterapiilor transpersonale (apud J. Rowan)
2. Consecinţe critice. Urmările teoriei transpersonale
3. Critica şi viitorul psihologiei transpersonale
4. Ipostazele Sinelui din perspectiva transpersonală (recapitulare)
5. Rezumat.
6. Bibliografie

1. Virtuţile şi limitele psihoterapiilor transpersonale (apud. J. Rowan)

Cu spectrul conştiinţei, elaborat de Wilber, (cel iniţial, cu 5 niveluri, din No Boundary) în faţă să revedem spectrul psihoterapiilor transpersonale şi personale în concepţia wilberiană, pentru a judeca gradul de adecvare al corespondenţelor.

Să inspectăm tabelul THERAPIES AND THE LEVELS OF THE SPECTRUM, pornind, de această dată, nu de jos, ci din partea de sus:

- Pentru nivelul persona terapiile corespondente sunt două: "Simple Counseling" (consiliere) şi terapie de suport ;
- Pentru nivelul Ego terapiile corespunzătoare sunt cinci: psihanaliza, psihodrama, analiza tranzacţională, "Reality Therapy" şi "Ego psychology" ;
- Nivelul "organism total" (sau centaur) are 6 terapii corespondente: analiza bioenergetică, terapie rogersiană, "Gestalt Therapy", analiza existenţială, logoterapia (V. Frankl), psihologia umanistă;
- Benzile transpersonale au 4 terapii corespondente: terapiile analitice jungiene, psihosinteza(Assagioli), terapiile Maslow şi terapiile Pragroff.
- Nivelul ultim -Conştiinţa unitară- are ca terapii corespondente 6 tehnici-învăţături orientale: Hinduism Vedanta, buddhismul Mahayana, taoismul, islamul esoteric, creştinismul esoteric şi iudaismul esoteric.
- De ce nu figurează şamanismul şi buddhismul zen? Aceastea două ni se par cele mai apropiate de metodologia şi exerciţiile recomandate de Wilber!
- De ce doar ultimul nivel beneficiază de terapii tradiţionale orientale, în timp ce celelalte niveluri sunt corelate doar cu terapii occidentale, mai mult sau mai putin convenţionale. Oare intenţionează Wilber să combine în viitor cele două tipuri de terapii, foarte diferite, pentru a fi consecvent cu angajamentul lui de a promova o psihologie integrală, fără graniţe? Iată doar câteva întrebări provocate de analiza critică a spectrelor wilberiene. Vom încerca, într-un viitor apropiat, să ne adresăm cu aceste întrebări chiar autorului (probabil prin INTERNET!)

În psihoterapiile wilberiene este clarificatoare ideea de pătrundere (break-through). Suntem invitaţi la o metaforă revelatorie: o clepsidră conţine în partea de sus nivelele spectrului, de la cele inferioare la cele superioare, astfel că ultimul nivel (conştiinţa unită = spiritul divin) se află la punctul de întâlnire al celor două conuri. În conul de jos al clepsidrei este teritoriul infinitului (al eternităţii).

În psihoterapiile transpersonale există un rol comun creşterii personale (se lucrează în grup şi terapia este "unul la unul") şi dezvoltării spirituale (se lucrează în meditaţie, rugăciune şi ritual).

Pentru a înlătura orice confuzie privind tipurile de psihoterapii, John Rowan (1992, pp.128 - 129) face următoarea ierarhizare:

Există trei categorii de psihoterapii. Unele terapii nu ating transpersonalul în întregime:

- modificarea comportamentală şi terapia comportamentală ;
- terapia cognitivă ;
- terapia în familie ;
- analiza jungiană (Şcoala londoneză) ;
- analiza Kleiniană ;
- terapia constructelor personale ;
- psihanaliza (şcoala clasică) ;
- terapia raţional - emotivă.

Alte terapii ating transpersonalul, dar nu într-un mod sistematic :

- terapia adleriană ;
- terapiile bioenergetice ;
- psihoterapia existenţială ;
- terapie feministă ;
- gestalt therapy ;
- terapie centrată pe client ;
- neopsihanaliza ;
- psihodrama ;
- analiza tranzacţională etc.

Şi, în fine, există unele terapii recunoscute ca transpersonale :

- biosinteza ;
- analiza jungiană (Şcoala de la Zurich, Şcoala Arhetipală) ;
- psihosinteza (R. Assagioli) ;
- psihoterapiile transpersonale : Groff, Lilly, Wilber, Leskowitz etc.

Eric D. Leskowitz (2000) demonstrează că hipnoza transpersonală este o poartă de intrare în trup, minte şi spirit.

În psihoterapiile wilberiene s-au precizat următoarele nouă puncte de sprijin (reazemuri) : 1) Sinele senzorial şi constanţa obiectului fizic ; 2) Sinele fantasmatic - emoţional şi constanţa obiectului emoţional ; 3)Sinele rep-mind şi constanţa obiectului conceptual ; 4) Mintea cu reguli şi roluri şi constanţa obiectului social ; 5) Mintea reflexiv - formală şi relaţiile reale ; 6) Sinele existenţial şi întâlnirea cu lumea ; 7) Sinele psihic şi realitatea extrapersonală ; 8) Sinele transpersonal şi formele arhetipale ; 9) Sinele fără formă şi lumea formei. Toate psihoterapiile transpersonale au ca principiu obiectiv eliberarea spiritului (J. Wicker, 2000).

2. *Consecinţe critice. Urmările teoriei transpersonale*

a) Spiritualitatea femeii este apărată de mişcările feministe.

(Multe secole o tradiţie feministă a fost suprimată şi negată de instituţia bărbătească. Această tradiţie venera Marea Zeiţă : era înaintea zeilor bărbaţi).

b) Polaritatea masculină

Dumnezeu cel încornonat ("The Horned God") este un consort. Ca fiu, ca iubit, uneori chiar ca soţ el se află în relaţie cu Marea Zeiţă (The Great Goddess).

Arthur Avalon (1978, pg.42) se referă la relaţia dintre aspectul static şi cel dinamic în conştiinţă, apelând la tantrism :

"Realitatea împlinită are două aspecte : unul numit Śiva, aspectul static al Conştiinţei şi un altul numit Śakti, aspectul său kinetic (dinamic). Kāli Śakti, întunecat ca un nor care tună şi fulgeră, este reprezentat stând şi mişcându-se pe corpul alb şi inert al lui Śiva. El este alb ca Iluminarea (Prakāśa). El este inert, întrucât Cs. pură este inactivă şi în odihnă, puterea care-l mişcă este Ea."

A.Avalon arată că şi femeile pot fi guru sau maeştri spirituali.

Păgânismul occidental menţionează ferm prioritatea Zeităţii şi relaţia esenţială cu Dumnezeul Încornorat. Femeia este poarta de intrare în vrajă (magie), iar bărbatul este gardianul ei.

Trei nivele de masculinitate (J. Rowan, 1992, pp. 189-191) :

- Primul este modelul standard social al bărbatului complet, lipsit de laşitate (un "macho") ;
- Al doilea poate fi numit modelul monistic, care este de obicei în creştere personală ;
- Al treilea este modelul transpersonal care transformă răul într-un adevăr mai adânc.

Primul este tipul convenţional care se adaptează şi îşi joacă bine rolul în societate.

Al doilea are ca scop autenticitatea şi schimbarea reală ; poate fi numit nivelul centaur, nivelul Sinelui existenţial sau al Sinelui real.

Al treilea este transpersonal (nivelul subtil) : el caută mariajul sacru.

c) Trupul

În terapia transpersonală trupul nu este opus şi nici inferior intelectului sau minţii. Apare din nou problema frontierelor. Noi nu avem puterea să le închidem sau să le deschidem.

Există o relaţie magică între sufletele noastre şi trupurile noastre. Una dintre cele mai importante activităţi corporale este respiraţia. În mai multe limbi există acelaşi cuvânt pentru respiraţie şi pentru spirit : pneuma, ruach, anima, animus, prana, etc.

Respiraţia lucrează pe 4 niveluri :

1. Fizic - schimb de gaze cu mediul ;
2. Emoţional - nu ne putem schimba emoţiile fără modificări ale respiraţiei ;
3. Intelectual - când începem să gândim ni se opreşte respiraţia ;
4. Spiritual.

Yoga demonstrează că respiraţia este în corelaţie cu toate nivelele fiinţei noastre. Respiraţia este legătura dintre conştient şi subconştient, dintre voliţional şi nonvoliţional.

d) Viziuni creative

La nivel transpersonal noi ne îndreptăm spre tipul de creativitate în care ceva pare că vine din afara sufletelor noastre. Viziunea este ceea ce ne inspiră.

Putem evalua o viziune sau un insight-intuiţie în anumite moduri:

1. Întâi să controlăm dacă şi o altă persoană are vreo idee care derivă dintr-o viziune.
2. Viziunea depinde de o logică particulară care poate fi diferită de logica cotidiană, de logica ştiinţei.
3. Să reinterpretăm teza în contextul social contemporan, prin examinarea punctului de origine al viziunii.
4. Să evaluăm viziunea în termeni practici: la ce ne foloseşte?
5. Să urmărim viziunea până la capăt, să vedem unde ne conduce.

Viziunile pot fi inspiratoare şi energizoare dar, uneori, ele pot fi periculoase.

e) Ritm şi dialectică

Jocelyn Chaplin (1988) a studiat conştiinţa cotidiană (ceea ce putem numi Cs. ego-ului mental) care aleargă cu polarităţi fixe care se exclud una pe cealaltă. Conştiinţa Zeiţei (o parte din transpersonal) vede lucrurile ca într-un ritm de dans, ca o transformare. Astfel, în loc să vedem bărbatul ca fiind opus femeii, vedem bărbatul şi femeia dansând, intersectându-se.

f) Politeism şi monoteism

Psihoterapia freudiană susţine că există un singur Ego, sau rebeli (precum) Karen Horney sau Wilhelm Reich susţin existenţa doar a unui singur Self. Chiar Jung susţine existenţa unui singur Sine, iar umaniştii prin "Selfactualization" demonstrează că doar un singur Self este împlinit. În toate aceste concepţii inconştientul este devotat monoteismului. (Rowan, 1992,p. 198-199).

Dar ce este politeismul ? Întâi, se spune că există mai mulţi zei şi zeiţe, nu doar unul. Sau dacă este doar unul, el ne parvine în multe forme şi cu multe nume. Şi această înseamnă toleranţă, ceea ce corespunde gândirii postmoderne, care are un evident caracter politeist, deschis spre multidimensionalitate.

Cs. transpersonală şi multiplele ipostaze ale Self-ului (total, adânc, transcendent) din psihologia transpersonală, orientare postmodernă, trădează o gândire politeistă.

Politeismul se acordă foarte bine cu ideea subpersonalităţilor la care s-a referit John Rowan în 1990.

g) Emergenţa spirituală

Christine şi Stanislav Grof (1990) au subliniat dificultăţile pe care le întâmpină oamenii care pătrund prima dată în aria experienţelor transpersonale. Ei au evidenţiat zece probleme specifice care pot emerge din astfel de trăiri:

1. Peak experience;
2. Trezirea energiei şarpelui Kundalini;
3. Experienţele din preajma morţii (psihotanatologice);
4. Amintirea vieţilor anterioare;
5. Deschiderea spre miturile vii;

6. Crizele şamanice;
7. Deschiderea psihică spre paranormal (de ex. poltergeist);
8. Trecerea prin canalul de comunicare cu spiritele;
9. Întâlniri cu ozn-uri (experienţe UFO-logice);
10. Cazuri de posedare.

În toate aceste experienţe, efectele psihoterapeutice sunt benefice, în majoritatea cazurilor; dar există şi cazuri de subiecţi, cu tendinţe spre nevroze sau spre psihoze, asupra cărora efectul este malefic (pot apărea tulburări temporare, sau se pot accentua predispoziţiile nevrotice).

h) Psihoza

Uneori emergenţe spirituală poate fi confundată cu psihoza. Clasic, psihoza este o maladie mentală gravă, caracterizată prin pierderea contactului cu realul şi alterarea legăturii interumane; contrar nevroticului, care este conştient de dificultăţile sale personale, psihoticul îşi ingoră tulburările: izolându-se de lumea exterioară, el îşi crează un univers privat pe care îl modifică după plac şi în care el este atotputernic.

John Weir Perry, începând cu 1950, are mari contribuţii în înţelegerea psihozei ca un proces de descoperire a Sinelui. David Lukoff (1988) a scris despre distincţia dintre experienţele transpersonale sau spirituale şi psihoză. El distinge experienţe psihotice pure, experienţe mistice pure şi trei sau patru mixturi ale acestora. El scrie:

"Având în vedere perspectiva cross-culturală, şi dacă se acordă atenţie experienţelor neobişnuite şi dacă există atitudinea pozitivă faţă de stările modificate de Cs. (S. Grof, 1985), psihologia transpersonală poate juca un rol important în revizuirea psihopatologiei psihozei maniaco-depresive".

Lukoff arată, apelând la metoda metaforei revelatorii, că psihoticul şi misticismul se află în acelaşi ocean: psihoticul se îneacă, în timp ce misticul înoată. Astfel Nelson (1990) întemeiază psihiatria transpersonală sau psihiatria spirituală.

3. Critica şi viitorul psihologiei transpersonale

- Behaviorismul şi materialismul: mintea este o funcţie a creierului, de aceea fenomenele spirituale şi transpersonale nu pot fi aceptate de pe poziţii riguros ştiinţifice;
- Psihologia cognitivă şi psihologia computaţională: se demonstrează că tot ceea ce este cognitiv poate fi restituit în software şi hardware şi nu mai rămâne loc pentru spiritual;
- Neurofiziologia creierului: teoria spune că mintea este o funcţie a creierului, în general, şi a cortexului cerebral, în particular. Fără creier nu există minte. Aceasta este o simplă ecuaţie, care nu este întotdeauna adevărată. Recent, cercetători ca Mott Laing, Emerson, Chamberlain au scris despre "conştiinţa celulară"!
- Critica creştină susţine că prin transpersonal oamenilor li s-a oferit un gen de spiritualitate substitut, care îi conduce greşit şi îi îndepărtează de adevăr;
- Pericolele drumului spiritual (apud Charles Tart, 1975):

a) amăgirea : responsabili sunt inflaţia Eului şi lipsa umilinţei ;
b) hiperintrospecţia şi conştiinţa de Sine îl împiedică pe om să se bucure de divinitate ;
c) quietism (autoliniştire) : quietistul devine total pasiv, în contrast cu acţiunea inteligentă ;
d) individualism şi orgoliu : subiecţii cred că pot face totul fără instructor şi fără grupul de suport ;
e) fakirismul psihologic răceşte şi diminuează spiritul ;
f) dispreţul pentru lumea reală ;
g) fixaţie şi fanatism ;
h) înfumurarea ;
i) există pericolul abaterii de la normalitate.

• Viitorul psihologiei transpersonale

În ultimii zece ani termenul transpersonal a căpătat o mare frecvenţă şi a intrat în vocabularul psihologiei. Orientarea transpersonală nu mai poate fi ignorată nici de către adversari, care la început au respins-o, pentru ca ulterior s-o critice selectiv.

Aproape toţi psihologii contemporani recunosc că PT este o prelungire , o aprofundare a psihologiei umaniste. Mai ales dacă avem în vedere că A. Maslow este fondatorul psihologiei umaniste şi, deopotrivă, al celei transpersonale.

REALIST						IDEALIST			
Umanist			Transpersonal			Umanist		Transpersonal	
Ateist	Teist	Mistic	Teist	Mistic	Ateist	Teist	Mistic	Teist	Mistic
Sartre Mahrer Feuerbach	May Tillich Marcel	Tao Zen James Nietzche		Wilber Jung	Perls	Rogers		Sf. Ioan Al Crucii Ramanuja	Maslow (in final) Shankara Eckhart

- Relaţia psihologiei transpersonale cu psihologia umanistă (după criteriul realist /idealist) după Ken Wilber-

Criticată sau elogiată, psihologia transpersonală este considerată astăzi ca a patra forţă care se va dezvolta în viitor. Tot mai mulţi oameni, tot mai mulţi psihologi recunosc despiritualizarea fiinţei umane în condiţiile supraindustrializării şi supraconsumului. De asemenea, metodologia cercetărilor psihologice stagnase la un moment dat. Ori, psihologia transpersonală este o speranţă a renovării metodologice în scopul studierii existenţei spirituale şi a omului integral. Ken Wilber speră în viitorul psihologiei integrale care va încerca marea aventură a spiritualizării psihismului uman.

4. Ipostazele Sinelui din perspectiva transpersonală (recapitulare)

Sinele este unic, central şi indivizibil. Nu este corect să ne referim la mai multe Self-uri, ci doar la diverse ipostaze ale Self-ului unic.

Psihologia transpersonală a adâncit, mai mult decât toate orientările anterioare, problematica Sinelui.

- Sanislav Grof s-a referit la Sinele total ;
- John Lilly s-a referit la Sinele adânc din "centrul ciclonului" ;
- Ken Wilber studiază Sinele transcendent, din înălţimile spiritului.

În toate aceste ipostaze Sinele este sinteza corp-minte-psihic, este spiritul nedivizat şi necompus, infinit şi etern.

5. Rezumat

- Pentru fiecare nivel din spectrul wilberian al conştiinţei există corespondente psihoterapii : ideea de pătrundere este clasificată prin metafora clepsidrei.
- J. Rowan ierarhizează psihoterapiile în trei categorii : a) care nu ating transpersonalul în întregime ; b) care ating transpersonalul tangenţial ; c) psihoterapii transpersonale.
- Sunt discutate consecinţele critice şi urmările P.T.în diverse planuri :
  - spiritualitatea femeii ;
  - polaritatea masculină ;
  - trupul (respiraţia) ;
  - viziunile creative ;
  - emergenţa spirituală ;
  - psihoza într-o nouă perspectivă (psihiatria spirituală) etc.
- Psihologia transpersonală este criticată din diverse direcţii ; behaviorism, psihologie, cognitivă, neurofiziologie, creştinism etc.
- Sunt prezentate 9 pericole ale experienţelor spirituale (Ch. Tart).
- Psihologia transpersonală nu este o modă trecătoare, ci un domeniu al viitorului prin care se va renova metodologia psihologică şi se va respiritualiza Fiinţa umană.

BIBLIOGRAFIE

Ken Wilber - No Boundary, Boston & London, Shambhala, 1985 ;
Viktor E. Frankl - The Doctor and the Soul. From Psychotherapy to Logotherapy, Penguin Books ltd., 1973 ;
R. Assagioli - Transpersonal Development. The Dimension beyond Psychosynthesis, New York, The Aquarian Press, 1991 ;
Rene Guenon – "Omul şi devenirea sa după Vedanta", Bucureşti, Ed. Antet, 1995 ;
John Rowan - The ranspersonal, London & New York, Routledge, 1992 ;
Arthur Avalon - Shakti and Shakta, New York, Dover, 1978 ;
M.A. Descamps, M. Cazenave A.M.Filliozat - Les Psychotherapies Transpersonelles, Lavaur, Editions Trismegiste, 1990 ;
Charles Tart (ed.) - Transpersonal Psychologies, London, Routledge, 1975 ;
Eric D. Leskowitz (ed.) - Transpersonal Hypnosis. Gateway to Body. Mind and Spirit, London & New York, crc Press, 2000 ;
Susana A. Hassan - Schwartz Galle - Hypnosis, Yoga and Psychotherapy, in Eric D. Leskowitz (ed.), 2000 ;
Joseph Wicker - Spirit Releasement Therapy, in : Eric D. Leskowitz (ed.), 2000, op.cit.

PARTEA A IV-A

- PERSPECTIVA ROMÂNEASCĂ -

XVI – XVII – XVIII O posibilă viziune transpersonalistă asupra Spiritului Arhaic românesc

1. Trans-personalul din cele patru mituri esenţiale româneşti
- *Balada Mioriţa ;*
- *Meşterul Manole ;*
- *Baba Dochia ;*
- *Zburătorul.*

2. Marea trecere : riturile morţilor
3. De la Zalmoxis la „Cimitirul vesel" de la Săpânţa
4. Ursita şi preursita (Mihai Eminescu) ; ursitoarele
5. Tărâmul celălalt, Apa Sâmbetei, Valea plângerii (P. Ispirescu)
6. Rezumat
7. Bibliografie

1. Transpersonalul din cele patru mituri esențiale românești

a) Motivul mioritic : modul transpersonal românesc de raportare la Ființă

Mioriţa sau Oaia năzdrăvană este animal oracular în mitologia românească. Atributele transpersonale ale baladei sunt întrevăzute în :

- cosmizarea şi transcenderea ciobanului asasinat : suntem introduşi într-un cosmos liturgic, plin de taine ;
- seninătatea dacică în faţa morţii : Moartea este o tânără mireasă şi nu o babă neagră cu coasa în mână ;
- visul lucid al Paradisului : „Pe un picior de plai/Pe-o gură de rai" ;
- solidaritatea mistică între om şi natură (M. Eliade) ;
- comunicarea oii năzdrăvane nu este o simplă înştiinţare, ci o revelaţie oraculară, după care păstorul îşi preface nenorocul într-un mister sacramental feeric care „îi permite să triumfe asupra propriului destin" (M. Eliade,1995,pp.233-265) ;
- este implicit un „creştinism cosmic" şi un arhetip al religiei daco-getice ;
- spaţiul concret, profan este convertit într-un timp abstract, cosmic ; asistăm la absorbţia spaţiului de către timp („eternul prezent" - în psihologia transpersonală) ;
- Lucian Blaga descifrează în Mioriţa o transfigurare a morţii şi consideră „dragostea de moarte" o caracteristică a spiritualităţii româneşti ;
- post-existenţă, căsătorie postumă, „nuntă mioritică" prin care omul este reintegrat Naturii ;
- „oaia" simbolizează trupul, iar „ciobanul" - suflet omenesc (Adrian Fochi, 1964) ;
- H. Sanielevici (1931) credea că ciobanul ameninţat să fie ucis l-ar întruchipa pe Zalmoxis, în cadrul unei „uciderii rituale" anuale.

b) Meşterul Manole - rostul sacru al morţii creatoare

Trăsăturile transpersonale ale mitului Meşterului Manole sunt mai evidente decât în mitul Mioriţei năzdrăvane. Ele au fost reliefate cel mai pregnant de către Mircea Eliade în lucrările : „Meşterul Manole" (Iaşi, 1992) şi „De la Zalmoxis la Genghis - Han" în cap. V intitulat "Meşterul Manole şi Mănăstirea Argeşului".

- Mitul românesc ia naştere din zbuciumul nostru spiritual şi din sinteza rece a legilor destinului (V. Kernbach, 1995,p.359) ;
- Sufletul românesc se recunoaşte în mitul sacrificiului suprem care face să dureze o operă construită de mâna omenească, fie ea o catedrală, o ţară sau o colibă (M. Eliade, 1992,p. 44) ;
- În „Meşterul Manole" există o concepţie arhaică asupra morţii ; valorificarea morţii rituale, singura moarte creatoare, este un mit central al spiritului românesc ;

- Balada este reductibilă la un arhetip: nimic nu poate dura până când nu se sacrifică un suflet (zidirea de vie a Anei);
- Este impresionantă şi transpersonală moartea Meşterului din final: zborul de Icar al Meşterului era singurul său mijloc de a-şi regăsi soţia. Nu pentru că a murit şi el, ci pentru că şi-a întâlnit o „moarte violentă" care i-a îngăduit, fie şi sub forma izvorului care a început să curgă pe locul unde s-a prăvălit el, să rămână aproape de soţia sa, mai precis, să existe pe acelaşi nivel cosmic în care există şi consoarta lui. Nu orice fel de moarte l-ar fi apropiat de soţia jertfită; dacă, de pildă, Meşterul ar fi murit banal, de moarte bună şi ar fi fost înmormântat chiar în cripta mănăstirii nu este deloc sigur că şi-ar fi regăsit soţia (M. Eliade, 1992,p. 110);
- „Însufleţirea" unei clădiri prin jertfirea unei fiinţe dragi presupune un transpersonalism superior şi neconvenţional, pentru că se referă la trecerea sufletului şi spiritului acelei fiinţe din corpul său de carne în corpul de piatră al clădirii. Cu aceste cuvinte, fiind jertfit, prin moartea sa rituală îşi schimbă corpul. În această transformare constă creativitatea morţii Anei. Ea nu vine să „locuiască" în clădire, ci se „întrupează" în ea. Viaţa de după moarte va continua într-un nou corp, arhitectonic. Astfel, s-a putut vorbi de Biserica creştină ca despre un corp mitic al lui Iisus Hristos;
- Moartea eroică, a lui Manole şi a consoartei sale, ca moarte rituală este creatoare deoarece continuă viaţa, chiar o sporeşte, în timp ce o moarte naturală încheie ceea ce era deja consumat;
- Soarta soţiei Meşterului este în perfectă concordanţă cu mitul şi etica reintegrării. Este o cosmizare mioritică, de unde derivă şi înrudirea celor două balade. Abandonându-şi trupul omenesc şi dobândind un corp arhitectonic, ea rămâne în orizontul spiritual al miturilor cosmogonice şi a metafizicii care o implică acestea;
- Dacă o casă înfăţişează o imago mundi şi este construită după modelul cosmic, atunci sufletul care vine să o locuiască, să o facă vie şi durabilă se inserează în icoana lumii. „Însufleţirea" construcţiei prin jertfirea rituală este în acelaşi timp, o reintegrare în Cosmos. Departe de a fi „izolată", soţia Meşterului îşi continuă existenţa pe un nivel cosmic în care integrarea este mai uşoară, acest nivel - corp arhitectonic - îngăduind o certă omologare între microcosmos şi macrocosm. Legăturile atât de organice între casă, om şi Cosmos se explică prin credinţe care au derivat, direct sau lateral, din mitul cosmogonic, din anthropocosmos (M. Eliade, 1992,p.126-127);
- Concepţia aceasta a „morţii creatoare", cu toate implicaţiile ei străvechi, a fost acceptată şi transfigurată de creştinism. Cea mai creatoare moarte din istorie a fost moartea lui Iisus Hristos, al cărui rost era mântuirea lumii. M.Eliade (1992,p. 133) ne avertizează că, chiar dacă am fi ispitiţi să considerăm mitul cosmogonic ca una din multiplele transfigurări ale creştinismului, deosebirea între patimile Mântuitorului şi jertfirea rituală a "Anthropocosmosului" este evidentă. În timp ce toate fiinţele jertfite mor ca să trăiască glorios în altceva, mai semnificativ şi mai puţin efemer, Mântuitorul reînvie, adică renaşte în El însuşi. Autonomia aceasta absurdă este încă o dovadă a dumnezeirii lui Hristos, care reînvie în eternitate şi totuşi în „formă" umană. Ideea de moarte creatoare se încadrează viziunii care o aduce cu sine creştinismul.
- Mitul Meşterului Manole conţine un adevăr esenţial, din perspectiva psihologiei transpersonale: soţia sacrificată este existenţa terestră a constructorului, opera fiind existenţa lui cosmică şi transcendentă. În lupta dintre om şi destin, destinul nu izbuteşte să distrugă decât factorul terestru (trupul), nereuşind să împiedice realizarea scopului sacru spiritual (opera).

M. Eliade (1992,p. 130; 1995, p.200) întreprinde o interesantă analiză comparativă a celor două balade. Aceste două creaţii ale geniului poetic românesc au ca motiv dramatic o „moarte violentă" cu seninătate acceptată. Această concepţie metafizică (şi profund transpersonală) derivă din faimoasa bucurie de a muri a geto-dacilor. Ambele mituri poartă în miezul lor o valorizare transpersonală a morţii. În nici una prezenţa morţii nu este negativă şi nu este un sfârşit. Moartea din Mioriţa este o calmă întoarcere „lângă ai săi". Moartea din Meşterul Manole este creatoare ca orice moarte rituală care este întâmpinată cu bucurie.

c) Baba Dochia este o semidivinitate meteorologică, purtătoare a prognozelor populare asupra schimbărilor vremii, pe pragul de trecere de la iarnă la primăvară. După mitul românesc, Baba Dochia era o bătrânică plecată cu oile la munte, îmbrăcată cu 9 cojoace; vremea a început să se încălzească şi, plouând zilnic, Baba şi-a lepădat în fiecare zi câte un cojoc până când, în ultima zi, un îngheţ brusc a degerat-o, lăsând-o în chip de stană de piatră pe munte, împreună cu turma sa de 20 de oi. Dimitrie Cantemir descrie o „statuie" de pe Ceahlău, din vârful căruia, numit şi azi Dochia, un pisc „ce se ridică foarte mult în înălţime ca un turn, porneşte la vale un pârâu cu apă foarte limpede şi, rostogolindu-se cu mare vuiet printre stânci, se aruncă în râul Tazlău." ("Descriptio Moldaviae", cap IV).

Literatura secolului al XIX - lea inventează un pseudomit al fiicei împăratului Traian care încearcă să se identifice, în numele popular Dochia (de origine slavă creştină: Evdokia), simbolul Daciei strămoşeşeti (Dakia).

Din concepţia populară, cele 9 zile sunt între 1 şi 9 martie ale fiecărui an, fiind numite zilele Babei sau Babele (soţii sau iubiţii femeilor îşi aleg câte o zi din acest interval: dacă este o zi frumoasă înseamnă că femeia are suflet senin şi bun, plin de dragoste, în caz contrar, sufletul este întunecat ca vremea).

Din perspectiva transpersonală sunt evidente transcenderea şi cosmizarea Babei Dochia. Trupul şi sufletul Babei se eternizează, transformându-se în stâncă; ori, psihologia transpersonală este o pledoarie pentru spiritualizarea, şi deci eternizarea psihismului uman.

d) Zburătorul este o figură erotică din mitologia românească (greşit confundată uneori cu Zmeul), închipuită ca un tânăr, frumos şi înfocat bărbat brun care vine în zbor noaptea, intrând pe fereastră sau pe horn la fecioare şi chinuindu-le cu sărutările şi cu dragostea lui. O bună caracterizare face Dimitrie Cantemir ("Descriptio

Moldaviae"): „Zburătorul este o nălucă, un tânăr foarte frumos, care pătrunde noaptea la fete, dar mai ales la neveste de curând măritate, fără a putea fi văzut de alţii, chiar dacă îl pândesc, şi le spurcă toată noaptea cu iubiri neîngăduite". Zburătorul are o imensă forţă de seducţie şi abuzează de parteneră adesea peste limita suportabilităţii, omorând-o (vezi poezia lui Ion Heliade Rădulescu).

Încercând din nou o interpretare transpersonalistă şi psihanalitică totodată, menţionăm o interesantă explicaţie populară; intuind caracterul oniric al mitului, arată că Zburătorul se întrupează din dorul sau din visul de dragoste, anume în formele fizionomice stricte ale omului dorit, erosul însuşi decurgând din somn. De structură evident onirică, mitul Zburătorul este un produs al imaginaţiei fetelor. Apariţiile de Zburător pirimorf (văpaie cu cap uman) sunt menţionate rar. Vindecarea de Zburător se face prin descântece şi fumigaţii cu anumite ierburi (vezi: Incubus şi Succubus. Ef V. Kernaback, 1995,p. 263).

2. Marea trecere: riturile morţilor

Ion H. Ciubotaru în „Marea trecere. Repere etnologice în ceremonialul funebru din Moldova" (Bucureşti, 1999) arată că în mentalitatea arhaică, moartea nu este privită ca un sfârşit, ca o dispariţie în necunoscut, ci ca o treaptă care asigură trecerea într-o altă stare. Se regăseşte aici viziunea populară românească asupra neamului, socotit ca un întreg din care prima jumătate se află în lumea pământului, „lumea albă" sau „lumea cu dor", în vreme ce a doua jumătate îşi continuă existenţa pe plan mitic, în misterioasa lume „de dincolo" a moşilor şi strămoşilor.

Eveniment crucial în existenţa omului, moartea este numită de etnologi marea trecere, un mit fundamental aflat în strânsă conexiune cu psihotanatalogia transpersonală (R. Moody, S. Grof&Christine Grof).

Riturile funebre păstrează până astăzi în compoziţia lor concepţii străvechi asupra interrelaţiilor trup-suflet şi decedat-om viu. Practicile funerare sunt încadrate (cf. Arnold van Gennep, 1909) în trei categorii: de separaţie, de trecere şi de integrare.

În categoria riturilor de separaţie sunt cuprinse toate practicile şi gesturile pe care satul tradiţional le înfăptuieşte, începând cu agonia suferindului - etapă dominată de semnele prevestitoare de moarte - şi terminând cu momentul în care convoiul funebru se pregăteşte de ultimul drum. Este, poate, cea mai importantă etapă a întregului ceremonial funerar, pentru că în acest interval de timp, după cum atestă mentalitatea arhaică, defunctul poate deveni foarte primejdios. Aflat între cele două lumi, defunctul se găseşte acum în ipostaza „mortului-viu". El s-ar putea reîntoarce în chip de strigoi, pricinuind tot felul de neplăceri familiei şi prietenilor.

Ion H. Ciubotaru (1999,pg.21-35) se referă detaliat la simbolistica viselor funeste în care apar vedenii şi presimţiri. Unele vise sunt teorematice: ele reproduc o secvenţa a ceremonialului funerar tradiţional: lumânări aprinse (Praja-Bacău), prapuri, steaguri de înmormântare (Ulma-Suceava), femei despletite (Broşteni), icoane şi cruci (Iorcani-Iaşi), făcutul colacilor pentru mort (Gladu-Suceava), biserică „în care intri şi nu mai poţi ieşi" (Măscurei-Vaslui), „alghie de scăldat morţii" (Pruntişeni-Vaslui) etc.

Şi mai importante sunt visele alegorice care vehiculează simboluri arhetipale descrise de C. G. Jung (vezi: J. Mânzat şi M. P. Craiovan, 1996). Imaginile cele mai frectvente sunt cele legate de mutarea în casa - mormânt , sugerată în vis prin casă nouă (Bogza-Vrancea) , călcatul lutului pentru făcut chirpici (Agafton-Botoşani), casă proaspăt văruită (Buciumi, Deleni-Bacău).

Un trecut mort, stins din amintire, reînvie în vis readucând din valurile vremii eresuri străvechi. De la începuturile comunităţilor agrare, moartea a fost asimilata cu seceratul grânelor, cositul fânului (Moartea are o coasă în mână) şi cu pregătirea ogorului pentru un nou semănat. De aici s-a iscat visul prevestitor de moarte legat de muncile ogorului: arături proaspete în faţa casei (Agaftoni, Eşanca, Dumeni-Botoşani), prăşitul porumbului (Ciohorăni-Iaşi), "câte poloage semănate, atâţia morţi" (Şendreşti-Bacău) etc.

În vis apar constant animale care odinioară erau considerate a avea rolul de a conduce sufletele morţilor pe cealaltă lume: vaca neagră, boul negru, urşii etc.

Din vise şi vedenii sau prevestiri reiese o trăsătura arhetipală şi transpersonală a spiritului românesc, pentru care nu există ruptură existenţială între lumea de aici şi cea de dincolo, ci numai "o punte şi-o vamă". Mircea Vulcănescu (1991, p.109-110) scria: " Dincolo nu înseamnă propriu-zis în afară, ci altfel. Cei de aici trec uneori dincolo în vis ori în trezie. Cei de dincolo stăruie pe aici."

În categoria riturilor de trecere sunt importante: constituirea convoiului funebru, ultimul drum şi reflexele traseului mitic, însemnările rituale din care cea mai interesantă este "nunta mortului".

Multe din practicile înfăptuite în perioada "desprinderii" defunctului de lumea celor vii au şi rostul de a pregăti etapa următoare - de trecere - care debutează cu momentul scoaterii sicriului din casă şi se încheie odată cu săvârşirea înhumării. Decedatul are acum statutul de mesager între cele două lumi. Prin intermediul său, li se transmit celor ce au răposat anterior veşti şi chiar unele obiecte (scrisori, unelte, îmbrăcăminte etc.).

În fine , în riturile de integrare sunt importante: demonologia morţii şi riturile de purificare a spaţiului contagiat, cercurile temporale şi spaţiale (intervalul celor 40 zile), cultul strămoşilor.

Îndeplinirea cu grijă a tuturor riturilor necesare la înmormântări are ca rost şi evitarea apariţiei sufletului rătăcitor şi nociv pentru comunitatea celor vii. Ţăranul român păstrează în subconştient teama de întrupările demonice pe care le-ar provoca încălcarea datinilor funerare. În fond, este vorba de persistenţa celei mai vechi forme de religie, reprezentată de cultul morţilor.

Formele contemporane a credinţelor în stafii, noroi şi strigoi nu fac decât să continue acea presimţire arhaică a existenţei "vagă şi indecisă a fiinţei umane invizibilă, dar nu imaterială " pe care o are sufletul după moarte. Făpturile straniu iscate de unele anomalii în derularea corectă a ceremoniei mortuare sau de încălcări etice grave sunt "ştimele morţii", moroii şi strigoii. În concepţia creştină, sinucigaşul este condamnat să rătăcească între cele două luni până la împlinirea timpului pe care l-ar fi trăit în mod normal . Sufletele copiilor se crede că sunt în formă de fluturi. Poate de aceea, în Moldova, mai multe feluri de fluturi mici de noapte poartă numele generic de strigoaşi.

La înmormântările românilor se boceşte: bocitoare specializate plâng recitând, cântând texte consacrate. Bocetul a fost iniţial o incantaţie împotriva contagiunii morţii şi implicit a cadavrului, o acţiune rituală circumscrisă unui orizont mitic, un mijloc de protecţie a comunităţii lovite de dispariţia unuia dintre membrii săi. În acelaşi timp, bocetul a preluat unul din momentele de vârf ale crizei psihice, provocând sentimentul suferinţei, determinându-l să se disciplineze în matca sa structurală. Valoarea cathartică a bocirii este resimţită cu acuitate şi astăzi în spaţiul etnocultural românesc.

3. De la Zamolxis la "Cimitirul vesel" de la Săpânţa

Zalmoxis inaugurează o nouă epocă de tip escatologic în lumea geto-dacilor. "Revelaţia " pe care el le-o aduce este comunicată prin intermediul unui scenariu mitico - ritual al "morţii" (ascultarea) şi al "reîntoarcerii" pe pământ" (epifania); este ştiut că el a stat 4 ani ascuns într-o grotă, după care a reapărut la suprafaţă cu mesajul imortalităţii sufletului şi a postexistenţei fericite. După moarte numai sufletul, principiul spiritual, îl întâlneşte pe Zamolxis, care îi asigură o postexistenţă fericită într-o lume de dincolo, de tip paradisiac (M Eliade, 1995, pp32-60).

Herodot (IV, 94-96) scrie: "La fiecare patru ani aruncă sorţii şi întotdeauna pe acela dintre ei pe care cade sorţul îl trimit cu solie la Zamolxis, încredinţându-i de fiecare dată toate nevoile lor. Trimiterea solului se face astfel: câţiva dintre ei, aşezându-se la rând, ţin cu vârful în sus trei suliţe, iar alţii, apucându-l de mâini şi de picioare pe cel trimis la Zamolxis, îl leagănă de câteva ori şi apoi, făcându-i vânt, îl aruncă în sus peste vârfurile suliţelor. Dacă în cădere trimisul moare străpuns, rămân încredinţaţi că zeul le este binevoitor; dacă nu moare, atunci îl învinuesc pe sol, hulindu-l că este un om rău; după ce aruncă vina pe el , trimit pe altul. Tot ce au de cerut îi spun solului cît mai e în viaţă "(M. Eliade, 1995, p 57).

Dacii se bucurau în faţa morţii, fiind încredinţaţi că sufletul lor se duce la Zamolxis, în lumea fericirii. Când murea un dac, prietenii şi rudele lui se bucurau jucând hora. Soldaţii care mureau în război înainte de a-şi da duhul luau un pumn de pământ pe care-l puneau pe piept si apoi mureau râzând, cu ochii larg deschişi privind la bolta cerului. Dacii râdeau în clipa morţii. Iată un arhetip care le era specific.

Acest arhetip dacic, al bucuriei în faţa morţii, nu a dispărut cu totul în neamul românesc, pe parcusul celor doua mii de ani. Arhetipul a supravieţuit şi se manifestă şi astăzi cu vigoare în Oaş, în "Cimitirul vesel" de la Săpânţa, singurul cimitir vesel din istorie, o genială invenţie a spiritului românesc. Ţăranii din Săpânţa au construit un cimitir nemaiîntâlnit, în care, dacă intri şi vizionezi crucile pictate în culori foarte vii şi citeşti versurile de pe cruce, foarte hazlii, te stârneşte râsul; uneori râsul te însoţeşte şi după ieşirea din cimitir. Această veselie şi bucurie într-un cimitir trădează lipsa fricii de moarte, o acceptare senină şi optimistă a acesteia, o încredere dacică în fericirea vieţii de apoi.

4. Ursita şi preursita (Mihai Eminescu); ursitoarele

Ursire înseamnă a meni, a hotărâ dinainte soarta cuiva. Preusrire este ceva din spatele acestui destin, ceva ce seamănă cu Moira la romani, căreia şi zeii i se supun . Nu este lipsit de interes să revenim la Mioriţa, un fel de "moiră" autohtonă. Oaia năzdrăvană ştie pre-ursita ciobanului moldovan, ştie întâmplările, înainte ca acestea să fie puse la cale. Ciobanii cei doi hotărăsc acum ca să facă omorul azi pe la apus de soare. B.P. Haşdeu observă că numai limba română are termenul asfinţit pentru soare, venind din latineşte (ad sanctos - la sfinţi). Soarele însuşi, fiind un zeu (Helios), merge să se odihnească "ad sanctos", la sfinţi (asfinţit). În acest context sacrificarea ciobanului "pe la apus de soare" ar veni să întărească intrarea lui în lumea zeilor-sfinţilor. Mioara pre-urseşte pentru că are cunoştinţă de această întâmplare a întâmplării cu trei zile înainte.

Acest sens al preursirii se regăseşte la Mihai Eminescu, în Scrisoarea a V-a (Dalila) şi în poemul Te duci, pârtie de exersare pentru Dalila. Pygmalion şi Orfeu, spune Scrisoarea a V-a, se străduiesc să dea viaţă statuii de marmură; şi ei vor reuşi, statuia prinde viaţă, dar nici unul nu-i poate controla ursita; de cum se încălzeşte marmura, de cum prinde duh omenesc, ea "se duce", este supusă legilor interne. Pygmalion nu-şi învie consoarta , ci dă numai viaţă, trezeşte piatra la simţire dar nu-i poate confisca simţirile. Putem fi stăpâni pe destin, ne spune Eminescu, putem "lua destinul în propriile mâini", dar nu avem nici un fel de control asupra preursitei, asupra destinului din spatele destinului (N. Georgescu, 1998, pg.90 -91). Întrevedem aici un gen de transpersonalism la puterea a doua, care penetrează tarâmul magicului.

Ursitoarele sunt zâne ale destinului, în număr de trei - rar şapte sau nouă - toate fecioare stabilind ursita pruncilor (în prima noapte sau în primele trei nopţi, mai rar în a cincea sau a şaptea noapte) pentru toată viaţa; au atribuite diferenţiate: una toarce, alta deapănă, a treia taie firul vieţii omeneşti (V. Kernbach 1995, p648).

După o tradiţie, în epoca arhaică oricine putea să vadă ursitoarele, apoi nu le-au mai putut privi decât moaşele. "Procedeul" de ursire, aşa cum s-a transmis din "mintea strămoşilor noştri cărunţi", este acesta: ursitoarele se sfătuiesc, apoi una (de obicei, cea mai bătrână) rosteşte soarta pruncului . Întrucât se crede că ele coboară în casă pe horn, li se lasă decusară pe masă daruri (pânză, pâine, sare, lână, apă, untdelemn, bani, uneori oglindă şi pieptene, rareori vin şi neapărat lumânări şi busuioc) pe care a doua zi le ia moaşa. La naştere, moaşa recită o invocaţie: "Sfintelor/Bunelor/Să vă aducă Dumnezeu curate/ Luminate/ Bune ca pâinea/ Dulci ca mierea/ Şi line ca apa". Oamenii nu au dreptul să asculte cuvintele ursitei, existând, ca ameninţare pentru indiscreţi, credinţa într-un blestem cu care a treia ursitoare încheie actul ursirii: "Cine ne-a ascultat întru furiş, de mâna pruncului să moară".

Uneori, cele trei ursitoare se numesc : Ursitoarea, Soartea, Moartea (cf. Numelui celor trei Parce romane: Nona, Decuma, Morta). Deczia lor este socotită definitivă, neputând fi modificată nici de sfinţi. În unele zone folclorice româneşti se

face referire şi la Cartea Ursitelor (Cartea Vieţii sau Cartea Zilelor), al cărei text îl cântă sau îl citesc în faţa pruncului, prevestirea neputând fi auzită decât de naşă.

În miturile româneşti ale destinului ursirea nu are caracter de predestinare absolută, infailibilă, deoarece ea oferă adesea şi alternativa menirii; astfel , Voinicul - cel - cu cartea - în - mână - născut (col. Petre Ispirescu) trebuie să fie răpit când împlineşte 12 ani , dar "dacă va scăpa", va ajunge împărat; prin urmare, judecând din perspectivă transpersonală, destinul este ursit în structura lui largă, nunaţele componente depinzând totuşi de "liberul arbitru" sau de "sprijinul local", persoanei ursite lăsându-i-se un coeficient de autonomie şi unul de hazard.

Ursitoarele sunt închipuite de obicei ca fecioare bătrâne, taciturne şi incoruptibile, cu privirea gravă, cu părul lung şi cărunt, despletit.

5. Tărâmul celălalt, Apa Sâmbetei, Valea Plângerii (Petre Ispirescu)

Tărâmul celălalt este o noţiune folclorică, indicând - în concepţia despre lumile duble sau universurile paralele - universul transuman sau transpersonal, mai rar lumea infernală. În sens larg, este întotdeauna o noţiune htonică (subpământesc, subteran), nu este niciodată cerul. În sens special (mai ales în basmele fantastice, poate din izvor dacic), tărâmul celălalt ar putea să fie şi interiorul muntelui ascuns în care se retrăgea Zalmoxis.

În basmul românesc "Tinereţe fără bătrâneţe şi viaţă fără de moarte" (Petre Ispirescu) este un tărâm fabulos, accesibil prin translaţia în timp "relativist" (V. Kernbach, 1995, pp 608-609).

De regulă, pe tărâmul celălalt nu se trece simplu, ca de pe un teritoriu geografic pe altul, nici prin ascensiune mistică ori mecanică, aşa ca de pe pământ în cer, ci aproape întotdeauna prin transgregare magică, printr-un efort de transpersonalizare.

În mitologia românească există locuri anonime (considerate conventional drept tărâmul celălalt) unde stăpânesc animale fabuloase, uneori un Zmeu, alteori Pasărea Măiastra, sau sunt teritorii paraterestre cu atribute specifice: Ionică Făt-Frumos, după ce a ajuns pe un pisc de munte, unde doar la amiază mai soseau puţine raze de soare, fiind "capătul lumii acesteia", pătrunde în "gura unui vârtej de vale neguros" şi după un pelerinaj îndelungat, zărind "adânc sub dânsul o mică rază de lumină" (ar putea simboliza "Sinele adânc"), se apropie de sursa luminii: "o masă cu o singură roată care se învârtea grozav" (basmul Ileana Cosânzeana,din cosiţă floarea-i cântă, nouă împărăţii ascultă, col. Miron Pompiliu, 1872); alte tărâmuri sunt fie suspendate cvasiaerian ("mănăstirea Calu-Gastru, într-un pai reazemă şi într-un păr spânzură "), fie terestre, dar strict iniţiatice (Mănăstirea Albă, din "al mării negre prund", construită de Sfântul Soare, cu aceste repere; "nici de largă nu-i prea largă/ Făr-cuprinde lumea-ntreagă/ Nici de naltă nu-i prea naltă,/ Făr-cu turnul sus la nori ").

În genere, pe Celălalt Tărâm locuieşte tot ce nu este omenesc: zânele, zmeii, balaurii, spiritele, făpturile teratologice (animale sau vegetale).

Apa Sâmbetei este "Apa Morţilor", un Râu infernal care se revarsă în Iad, prezent în mitofolclorul românesc, patronat de Sfânta Sâmbătă. Apa Sâmbetei are câteva insule, numite Ostroavele Albe, pe care trăiesc Blajinii (oameni primordiali).

Apa Sâmbetei izvorăşte din rădăcinile Bradului Lumii, ca apă curată şi înconjoară Pământul de nouă sau de şapte ori, iar după ce a ajuns în Iad, se transformă într-un râu de flăcări. Elena Niculiţă-Voronea în Datinile şi credinţele poporului român (Cernăuţi, 1903, p.1002) ne spune: "La capătul lumei se află Apa Sâmbetei, de aceea necontenit fierbe şi nu mai are stare, pentru că e matca tuturor apelor (...) ea împrejură pământul ca un gard".

Valea Plângerii este un teritoriu anihilant, o zonă tabù, care desparte lumea umană de lumea realistă a zânelor; acest tărâm este dominat şi controlat de zâna atemporală, numită Tinereţe fără bătrâneţe şi viaţă fără de moarte, al cărei nume coincide cu denumirea teritoriului ei paradoxal: Tinereţe fără bătrâneţe.

Străbătând Valea Plângerii, contrar recomandărilor date de zâne, antrenat în aventuri vânătoreşti, eroul din basmul lui Petre Ispirescu simte îndepărtându-se de el bucuria şi fericirea dobândită în afara timpului şi i se trezeşte memoria lumii umane, dorul de casă şi de părinţi. Aşadar, Valea Plângerii recheamă pe muritor spre habitatul originar şi spre tradiţia strămoşească, acestea intrând ireversibil în obsesia iraţională a întoarcerii (eterna întoarcere, Mircea Eliade, 1949), ceea ce provoacă anularea spontană a paradoxului temporal de care se bucurase la palatul zânelor.

6. Rezumat

- În cele patru mituri esenţiale ale Românilor este evident un trans-personalism magic şi tanatologic.
- În balada Miorita (Oaia năzdrăvană) atributele transpersonale sunt întrevăzute în:
  - cosmizarea şi transcenderea ciobanului moldovan;
  - seninătatea dacică în faţa morţii;
  - visul lucid al Raiului;
- solidaritatea mistică dintre om şi natură;
  - este implicat un „creştinism cosmic" şi un arhetip al religiei dacice;
  - post - existenţă, căsătorie postumă, „nuntă mioritică" prin care omul este reintegrat Naturii;
  - „oaia" simbolizează trupul, iar „ciobanul" - sufletul omenesc;
  - H. Sanielevici (1931) credea că ciobanul ameninţat să fie ucis l-ar întruchipa pe Zalmoxis, în cadrul unei „uciderii rituale" anuale.
- Meşterul Manole - rostul sacru al morţii creatoare. Trăsăturile trans-personale ale mitului sunt reliefate de Mircea Eliade:
- sufletul românesc se recunoaşte în mitul sacrificiului suprem;
- este o concepţie arhaică asupra morţii: valorizarea morţii rituale ca moarte creatoare;
- moartea violentă a meşterului, în final, i-a îngăduit să existe pe acelaşi nivel cosmic cu consoarta lui;
- „însufleţirea" unei clădiri prin jertfirea unei fiinţe dragi presupune un

transpersonalism superior şi neconvenţional, pentru că se referă la trecerea sufletului şi spiritului acelei fiinţe din corpul său de carne în corpul de piatră al mănăstirii ;

- dacă o casă înfăţişează o imago mundi şi este construită după modelul cosmic, atunci sufletul care vine să o locuiască, să o facă vie şi durabilă se inserează în icoana lumii ;
- soţia sacrificată a meşterului este existenţa terestră a constructorului, opera fiind existenţa lui cosmică şi transcendentă .

- M.Eliade întreprinde o analiză comperativă a Mioriţei sau a Meşterului Manole : ambele poartă în miezul lor o valorizare transpersonală a morţii.
- Baba Dochia demonstrează, într-un chip poetic, transcenderea şi cosmizarea (Dimitrie Cantemir, "Descrierea Moldovei") ; trupul şi sufletul se eternizează prin transformare în „stâncă".
- Zburătorul se întrupează din dorul sau din visul de dragoste (mit oniric).
- Marea trecere simbolizează riturile morţilor la români (Ion H. Ciubotaru) ; în toate aceste rituri regăsim problematica psihotanatologică din psihologia transpersonală, într-un chip original românesc : relaţiile trup-suflet şi mort-om viu (credinţa în moroi şi strigoi).
- Cimitirul vesel de la Săpânţa este o întruchipare actuală a unui arhetip dacic : bucuria în faţa morţii, prin trecerea pe tărâmul etern al lui Zalmoxis.
- Ursirea este stabilirea destinului asupra vieţii şi asupra morţii. Preursirea (Mihai Eminescu) este destinul din spatele acestei destin.
- Ursitoarele sunt 3 zâne ale destinului : una toarce, alta deapănă cursul vieţii, a treia taie firul vieţii omeneşti.
- Tărâmul Celălalt semnifică universul transuman sau transpersonal (cf. Petre Ispirescu), poate fi şi un spaţiu al iniţierii.
- Apa Sâmbetei este un râu infernal care transformă personalitatea celui care îi calcă teritoriul.
- Valea Plângerii este un tărâm anihilant al bucuriei şi fericirii, dominat de zâna atemporală „Tinereţe fără bătrâneţe şi viaţă fără de moarte".

BIBLIOGRAFIE

1. Mircea Eliade - "Mioara năzdrăvană", cap. VIII din „De la Zalmoxis la Genghis - Han", Bucureşti, Editura Humanitas, 1995 ;
2. Adrian Fochi - "Miorița. Tipologie, circulaţie, geneză, texte", Bucureşti, 1964 ;
3. H. Sanielevici, "Miorița sau patimile unui Zalmoxis ?", în „Adevărul literar şi artistic", Bucureşti, 1931.
4. Victor Kernbach - "Dicţionar de mitologie generală", Bucureşti, Editura Albatros, 1995 ;
5. Mircea Eliade - "Meşterul Manole", Iaşi, Ed. Junimea, 1992 ;
6. Ion H. Ciubotaru - "Marea trecere. Repere etnologice în ceremonialul funebru din Moldova", Bucureşti, Editura „Grai şi suflet", 1999 ;
7. Arnold Van Gennep - Les Rites de Passage, Paris, Nourry, 1909 ;
8. Liviu Mitrănescu - "Miturile istoriografiei româneşti", în vol : S. Chelcea (coord.), "Memorie socială şi identitate naţională", Bucureşti, Editura INI, 1998 ;
9. Nicolae Georgescu - "Cuvintele limbii tale", în : S. Chelcea (coord.), Bucureşti, Editura INI, 1998 ;
10. Ion Mânzat şi M.P. Craiovan - Psihologia simbolului arhetipal, Bucureşti, Editura INI, 1996 ;
11. Mircea Vulcănescu - "Dimensiunea românească a existenţei", Bucureşti, Editura Fundaţiei Culturale Române, 1991.

XIX ORTODOXIA ŞI SPIRITUL ROMÂNESC

1. Transcendere – îndumnezeire (L. Blaga)
2. Despre vise şi vedenii (Ilie Cleopa)
3. Smerenie şi isihasm („rugăciunea inimii"), D. Stăniloae
4. Rezumat
5. Bibliografie

1. Transcendere – îndumnezeire (L. Blaga)

Biserica ortodoxă este păstrătoarea dreptei credinţei sau a dreptei slăviri a lui Dumnezeu, de origine apostolică şi de inspiraţie evanghelică nealterată.

Ortodoxia a păstrat în duhul ei Taina religiei creştine care, din perspectivă dogmatică, nu se poate reda decât prin antinomii care sfidează raţiunea rece, silind-o a se lăsa condusă de elanul credinţei. Supra-esenţa dumnezeiască este absolut transcendentă faţă de om. Dumnezeu este suprarațional, dar El i se dezvăluie omului prin harul credinţei, prin care sfinţii isihaşti o aşează nu în agitaţia necurmată a minţii, ci în liniştea receptivă a inimii. Dumnezeu se dezvăluie pe calea unirii omului cu El, pe calea îndumnezeirii (V. Lossky, 1993).

În 1934, Mircea Vulcănescu aprecia că, în filosofia românească, au formulat idei importante şi originale despre specificul ortodoxiei trei gânditori: Lucian Blaga, Nae Ionescu şi Nichifor Crainic. Astăzi, după cum apreciază Dan Crăciun (1998, pg.183-184), în această enumerare mai trebuie adăugaţi Mircea Vulcănescu, Emil Cioran, Constantin Noica şi Mircea Eliade.

În cadrul categorial al matricii stilistice, Blaga caută să dezvăluie un <<apriorism românesc>>, abisal şi atemporal, imun faţă de orice cauzabilitate empirică. El priveşte religia ca pe o modalitate specifică de dezvăluire a Absolutului, prin mijloace credinţei.

Creştinismul este, spune Blaga, o spiritualitate bipolară:

a) primul pol focalizează orientarea spiritului către absolutul transcendent;

b) atracţia şi interesul spiritului faţă de concret şi temporalitate (Dan Crăciun, 1998, pg.191-194). Blaga aşează întregul spaţiu spiritual al ortodoxiei sub semnul organicului, adică a întregului însufleţit în care părţile se contopesc în armonia totalităţii, incluzând şi cosmosul (întrevedem aici atributele Selfului total a lui S. Grof sau ale Selfului transcendent wilberian!).

„Ondulaţia mioritică" întăreşte sufletul românesc prin trecerea prin „văile" nenorocului şi suferinţei, prin aşteptarea plină de credinţă a urcuşului spre zări mai luminoase. Lăsându-se în voia destinului, românul nu este foarte chibzuit în pregătirea viitorului său, dar nu este nici sperios şi nici pesimist. Dimpotrivă, „nu există nici o situaţie care să ducă pe român la disperare anihilantă. Nu este vorba aşadar de un fatalism cu accent tragic. În sentimentul destinului, propriu sufletului românesc, alternează ursita şi graţia divină, ca şi valea şi dealul. Românul nu încearcă prea mult să schimbe cursul întâmplărilor; el va modifica, dar nu va forţa configuraţia pământului", (L. Blaga "Spaţiul mioritic", în "Opere", vol.9, <<Trilogia culturii>>, Bucureşti, pp. 265-266).

2. *Despre vise şi vedenii (Ilie Cleopa)*

O posibilă interpretare transpersonală se întrevede în mai multe din învăţăturile credinţei ortodoxe axate pe spiritualizarea sufletului, pe duhovnicire creştină. Părintele Cleopa ne învaţă tainele rugăciunii duhovniceşti, cea mai înaltă treaptă a rugăciunii (Cleopa, 19 ...).

Arhimandritul Cleopa consemnează pentru noi, în 1993, o carte de convorbiri despre vise şi vedenii. El arată că mulţi creştini se rătăcesc luând visurile cele mai simple drept vedenii şi vedeniile socotindu-le descoperiri dumnezeieşti.

Pentru deslușire el recurge la un citat din Prea Cuviosul Nichita Stitatul:

„Din cele ce se nălucesc în somn unele sunt visuri, altele vedenii şi alteori descoperiri. Visurile sunt acelea care nu rămân în nălucirea minţii neschimbate şi netulburate, ci se schimbă din una în alta. Din cele ce se nălucesc astfel nu vine nici un folos şi însăşi nălucirea piere după deşteptarea din somn. De aceea şi trebuie să le trecem cu vederea. Vederile sau vedeniile sunt cele ce rămân neschimbate şi nu trec din una în alta, ci petrec închipuite în minte şi neuitate multă vreme. Şi din închipuirile lucrurilor se arată cele ce vor să fie, pricinuiesc folosul sufletului prin lumină, înfricoşează şi cutremură pe cel ce vede, şi din acestea, desăvârşesc pe cel ce vede.

Iar descoperirile sunt acelea care se fac mai presus de toată simţirea prea cuviosului şi luminatului suflet, care dau puterea spre cugetare ... şi tainică învăţătură a celor ascunse ale lui Dumnezeu ...” (Cleopa, 1993, pp. 141-141).

Deşi psihologia transpersonală nu se confundă cu religia, fiind „înarmaţi” cu cunoştinţe din acest domeniu şi parcurgând cu atenţie prelegerile acestui curs, putem înţelege mai în profunzime ideile călăuzitoare din citatul de mai sus, având în vedere că visul din somn, visul lucid, halucinaţiile şi clarviziunea sunt toate teme proprii psihologiei transpersonale. „Descoperirile” sunt mai presus de suflet, adică sunt de natură spirituală, transpsihică. La fel, „vedeniile” sunt şi ele experienţe de natură transpersonală.

După cum ne tălmăceşte simplu şi cu înţelepciune duhovnicească Ilie Cleopa, visele sunt „chipuri ale gândurilor şi simple mişcări ale minţii, care nălucesc felurit şi nestatornic în vremea somnului ...” şi „aduc tulburări în minte” după trezire. Vedeniile „i se arată omului în vremea somnului, uneori între somn şi trezire, sau în vreme de uimire”. Ele nu se schimbă repede, ci “rămân în memorie vreme de mai mulţi ani şi adesea îi arată omului închipuiri ale lucrurilor viitoare, care folosesc sufletului prin arătarea lor...” Iar descoperile sunt „vederi pe care le arată Dumnezeu sufletului celui desăvârşit în smerenie”, purtând în ele „mari taine ale lui Dumnezeu” (Cleopa, 1993, p. 142).

Când darul Sfântului Duh vine peste om, nu-i arată lui cele obişnuite, nici cele simţite ale acestei lumi, ci „îi arată lui ceea ce niciodată nu a văzut sau a auzit”. Din perspectiva psihologiei transpersonale putem înţelege mai bine duhovnicirea ca spiritualizare sacră a trupului şi psihismului omenesc, ca o căutare şi descoperire a fărâmei de duh dumnezeiesc din spiritul nostru.

3. *Smerenie şi isihasm („rugăciunea inimii”) – D. Stăniloae*

Isihasmul sau hesihasmul este doctrina creştină, apărută în secolul al XIV - lea în Bizanţ, care predică ascetismul şi extazul mistic, prin care omul poate recepta lumina de graţie (energia emanată de Dumnezeu). În acest scop, omul trebuie să atingă extazul integral prin tăcere (I. Mânzat şi Mariana Tănase, 2002), nemişcare şi desprindere totală de mediu, spre a zări lumina graţiei divine şi stabilind astfel contact direct cu Dumnezeu, spre a obţine mântuirea.

Iniţiat de Grigore Sinaitul, isihasmul a fost elaborat doctrinar de teologul bizantin Grigorie Palama (1296-1359), egumen de mănăstire pe muntele Athos, canonizat de Biserica ortodoxă în 1368. Pentru Palama, esenţa lui Dumnezeu este inaccesibilă simţurilor omeneşti şi nu poate fi percepută decât ca emanaţie energetică. Dar, totodată, nedispreţuind trupul uman, pe care-l considera participant la viaţa spirituală (ceea ce ne duce cu gândul la conceptul centaur din spectrul lui Wiber), Palama acorda importanţă autocontrolului în asceză, pe baza concentrării taciturne şi cu sprijinul unei disciplinări riguroase a respiraţiei (ne aminteşte de metoda respiraţiei holotropice a lui S. Grof), cu scopul trăirii rugăciunii inimii sau rugăciunii lui Iisus. („Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluişte-mă pe mine păcătosul!”).

În Psihologia credinţei religioase. Transconştiinţa umană (1997) am încercat să realizăm o analiză psihologică a rugăciunii inimii, din dubla perspectivă a transconştiinţei (un concept transpersonal) şi a psihologiei sinergetice. Arătam că în acest tip de rugăciune se realizează sinergia dintre minte şi inimă, sinergia dintre speranţă, iubire şi credinţă şi sinergia dintre om şi Dumnezeu.

Dumitru Stăniloae (1992, pg.111) ne învaţă că lumina iubirii divine se comunică minţii ca unui organ spiritual cunoscător. Inima iubeşte, inima (cu mintea coborâtă în inimă şi unită cu inima) primeşte iubirea lui Dumnezeu. Dar o inimă având în ea înţelegerea minţii. Iubirea lui Dumnezeu este lumină; inima „vede” iubirea divină ca lumină plină de sens. Căci în inimă se găseşte o deschidere spre nesfârşitul iubirii şi mintea câştigă şi ea această nesfârşire, dar aduce din partea ei o conştiinţă extinsă a acestei nesfârşiri (să ne amintim de „conştiinţa unitară” a lui Ken Wilber).

Rugăciunea inimii demonstrează marea putere a experienţelor mistice transpersonale: prin sinergia inimii spirituale cu mintea şi trupul trăirile de tip transpersonal se desăvârşesc. Rugăciunea inimii este yoga creştină (M. Eliade).

Condiţia psihologică fundamentală pentru a reuşi să trăim rugăciunea inimii este, după cum subliniază Stăniloae, smerenia:

„Smerenia este conştiinţa şi trăirea supremă a infinităţii divine şi a micimii proprii. Ea este totodată conştiinţa că infinitatea divină străbate prin toate şi prin toţi cei din jurul nostru. De aceea ea este un uriaş spor de cunoaştere. Omul smerit se pleacă înaintea semenului ca înaintea lui Dumnezeu. Dacă mândria acoperă pentru ochii noştri infinitul realităţii lui Dumnezeu, smerenia îl descoperă” (D. Stăniloae, 1993, p.185). Iubirea izvorăşte din inimă şi este integratoare: inima este Unitatea Absolută (Ghelasie Gh., 1991).

4. Rezumat

- Creştinismul este, după L. Blaga, o spiritualitate bipolară: a) orientarea spiritului către absolutul transcendent; b) atracţia spiritului faţă de concret şi temporalitate. Prin credinţă ortodoxă, creştinul ajunge la transcendere şi îndumnezeire.
- Ilie Cleopa întreprinde o analiză mistică-ortodoxă a viselor, vedeniilor şi descoperirilor care pot fi deplin înţelese din perspectiva psihologiei transpersonale. Trăirea duhovnicească este autentică spiritualizare sacră.
- Isihasmul este doctrina creştină care predică asceza şi extazul mistic care favorizează receptarea luminii divine (iniţiatorii: Grigorie Sinaitul şi Grigorie Palama).
- Rugăciunea inimii („Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluieşte-mă pe mine păcătosul") se explică din perspectivă transpersonală prin transconştiinţă (conştiinţa transcenderii) şi prin sinergia dintre om si Dumnezeu. Inima este considerată centrul spiritual al Fiinţei; inima are în ea înţelegerea minţii. În inimă se află o deschidere spre nesfârşitul iubirii; ori, prin rugăciunea inimii mintea câştigă şi ea această nesfârşire. Condiţia psihologică necesară este smerenia (D. Stăniloae) şi iubirea. Iubirea este integratoare de Unitatea Absolută (Ghelasie Gheorghe).

BIBLIOGRAFIE

Vladimir Lossky - "Introducere în teologia ortodoxă", Bucureşti, Editura Enciclopedică, 1993;
Mircea Vulcănescu - "Dimensiunea românească a existenţei", Bucureşti, Editura Fundaţiei Culturale Române, 1991;
Dan Crăciun - "Ortodoxia şi etnicul românesc", în vol. S. Ghelcea (coord.), Memorie Socială şi identitate naţională, Bucureşti, Editura INI, 1998;
Lucian Blaga - "Spaţiul mioritic", în Opere, vol. 9, „Trilogia culturii", Bucureşti, Minerva, 1995;
Ilie Cleopa - "Despre vise şi vedenii", Bucureşti, Editura Anastasia, 1993;
Ilie Cleopa - "Călăuză în credinţa ortodoxă", Editura Episcopiei Romanului, 2000;
Ion Mânzat - "Psihologia credinţei religioase. Transconştiinţa umană", Bucureşti, Editura Ştiinţifică & Tehnică, 1997;
Dumitru Stăniloae - "Din istoria isihasmului în ortodoxia română", Bucureşti, Scripta, 1992;
J. Meyendorff - "Biserica ortodoxă ieri şi azi", Bucureşti, Editura Anastacia, 1996;
P.Evdokimov - "Ortodoxia", Bucureşti, Editura Inst. Biblic, 1996;
Dumitru Stăniloae - "Viaţa şi învăţătura Sfântului Grigorie Palama", Bucureşti, Scripta, 1993;
Ghelasie Gheorghe - "Memoriile unui isihast", Bucureşti, Editura Arhetip, 1991.

XX PSIHOLOGIA TĂCERII
(Ion Mânzat şi Mariana Tănase)

1. Tăcerea mistică transpersonală
2. Rugăciunea duhovnicească
3. Inima şi tăcerea spiritului
4. Rezumat
5. Bibliografie

1. Tăcerea mistică transpersonală

În cadrul unui volum consacrat psihologiei tăcerii, în curs de publicare, (I. Mânzat şi Mariana Tănase) am elaborat trei capitole despre tăcerea mistică. Problematica tăcerii şi mai ales a tăcerii mistice are multiple tangenţe cu psihologia transpersonală, dacă avem în vedere că tăcerea este dincolo de cuvânt şi uneori dincolo de persoană.

Referindu-ne la misterele din câmpul tăcut al Misticii (tăcerea sacră), arătăm că misterul este tăcere. De aceea este mister sau taină pentru că este tăcere, iar tăcerea este învăluită în mister. Lucian Blaga a considerat misterul ca o condiţie a existenţei umane definind cultura ca pe o existenţă întru mister şi pentru revelare.

Mistica este domeniul de cercetare a misterelor care arată posibilitatea unirii sufletului individual cu divinitatea încă din timpul existenţei terestre prin întoarcerea de la lumea exterioară către cea lăuntrică prin meditaţie, asceză, rugăciune (adică prin metode transpersonale).

Rudolf Otto (1993, pg.148) ne învaţă că Dumnezeu însuşi este „mistic", adică misterios, iar experienţa omului despre Dumnezeu este misterioasă, deci mistică. Mistica se referă la Dumnezeu ca „fiinţă mistică", dar mistica poate exista chiar şi acolo unde nu se află nici o idee despre Dumnezeu. De exemplu, yoghinul indian. Yoga este cu adevărat o mistică, dar ea nu este o „mistică a lui Dumnezeu" ci o pură mistică a sufletului. Să ne amintim că transpersonalistul Ken Wilber se considera singur ca mistic.

Germanul Johannes Eckhart (zis Meister, 1260-1327) şi indianul Ākārya (înseamnă tot Meister), Śankara (a fost în floarea vârstei în jurul anului 800 d. Hr.), sunt consideraţi de către R. Otto (1993) cei doi giganţi ai misticii mondiale. Ţelul unic spre care se îndreaptă amândoi este mântuirea înţeleasă ca eliberare de multiplicitate spaţio-temporală şi unificarea cu Unul. Toată aventura mistică înseamnă căutarea întâlnirii cu Unul situat dincolo de fiinţă, nu deasupra naturii (supranatural), ci deasupra firii (transpersonal).

Unul nu poate fi cunoscut pe căile obişnuite (experienţă senzorială sau cunoaştere raţională), ci doar prin intuiţia mistică a unităţii, o cunoaştere suprarațională şi suprasenzorială, incomunicabilă prin cuvinte. Intuiţia mistică (a fost metoda de explorare a adâncurilor din spirit la F. M. Dostoievski; vezi I. Mânzat, 1999) este o trăire afectivă tăcută care izvorăşte din abisal şi care erupe în transconştiinţă (I. Mânzat, 1997). Intuiţia este o „iluminare a minţii", intuiţia este o „iluminare a inimii".

2. Rugăciunea duhovnicească

O metodă transpersonal-mistică, rară, greu de realizat este rugăciunea duhovnicească, practicată de Ilie Cleopa (1999). În rugăciunea duhovnicească sau „vederea duhovnicească" spiritul trece dincolo de cuvânt şi de aceea este o rugăciune a tăcerii, dincolo de imaginaţie şi dincolo de raţiune şi de aceea este suprarațională şi supracognitivă. Mintea şi inima sunt unite şi din această unire este eliberat duhul, spiritul divin din om. Pentru a se uni mintea cu inima, omul aflat în rugăciune trebuie să treacă prin două „vămi" : vama închipuirii (imagini necurate, ispititoare, tulburătoare) şi vama raţiunii de la poarta inimii. Aşadar, rugăciunea duhovnicească trebuie neapărat să se debaraseze de închipuiri, de analize şi discuţii mintale, pentru a face loc duhului pur, nealterat. Astfel, între spiritul omenesc (în care există un fragment din duhul dumnezeiesc) şi Sfântul Duh nu este doar o comunicare ci un contact direct, o contopire, o sinergie supremă. Se realizează astfel o duhovnicire a spiritului omenesc : adică dincolo de spiritualizarea psihismului - realizată şi în unele experienţe transpersonale – se înfăptuieşte, se trăieşte o îndumnezeire a spiritului omenesc.

Cărarea prin care trece omul ca să ajungă la starea de sfinţenie, de îndumnezeire, are în concepţia lui Nichifor Crainic (1993) trei etape :

- rugăciunea unirii ;
- rugăciunea extatică ;
- nunta sau căsătoria duhovnicească.

Rugăciunea unirii este prima formă desăvârşită a înduhovnicirii, în care toate facultăţile omului sunt pasive, lăsând activ harul dumnezeiesc, care pogoară peste suflet „ca într-o ploaie torenţială, fără ca omul să pună vreo osteneală" (Sf. Teresa d'Avila). Caracteristicile acestei uniri sunt :

a. puterile sufletului sunt adâncite total în rugăciune ;
b. orice activitate psihică încetează, pasivitatea e desăvârşită ;
c. adâncul sufletului simte prezenţa lui Dumnezeu ;
d. sufletul este conştient că s-a unit cu Dumnezeu ;
e. după încheierea unirii are siguranţa că a fost în Dumnezeu.

Rugăciunea extatică („în extaz" sau „în uimire" cum o numeşte Ilie Cleopa) este o totală ieşire din Sine, pentru a trăi răpit în divinitate. Revelaţia lăuntrică a atingerii lui Dumnezeu, a cufundării în Lumina Lui este mai puternică decât în unire. Extazul este de durată mai lungă decât unirea, iar semnele lui psihofiziologice sunt acelea ale unei morţi aparente. „Simţurile toate dispar cu totul. Sufletul este smuls parcă din el şi ridicat în vârtejul Luminii divine. Trupul încremeneşte în starea în care a fost surprins", scrie Nichifor Crainic (1993, p. 194).

„Nunta" sau „căsătoria" duhovnicească este o culme a rugăciunii extatice : se produce o convertire totală a vieţii omeneşti la viaţa dumnezeiască. „Centrul sufletului", cum spune Sf. Teresa de Avila, rămâne continuu în focul iubirii dumnezeieşti. Omul îndumnezeit nu mai simte, nu mai cugetă şi nu mai lucrează acum după modul omenesc, ci după modul dumnezeiesc. Fenomenele fiziologice şi psihologice din rugăciunea extatică nu mai apar.

„În această stare de negrăită fericire, el a devenit înger în trup, om prin natură şi Dumnezeu prin har, cum zice Simion Noul Teolog, sau fluviul prin care curg apele Duhului Sfânt" (N. Crainic, 1993, p. 195).

3. Inima şi tăcerea spiritului

La Institutul pitagoreic (Pythagora din Samos, 582-500 î. Hr.) se iniţiau novicii-delfici sau ascultătorii (akoustikoi) care erau supuşi, în timpul lecţiilor, la regula absolută a tăcerii. Ei nu aveau dreptul nici să facă vreo obiecţie maeştrilor, nici să comenteze lecţiile. Datoria lor era să le primească cu respect şi apoi să mediteze îndelung supra lor. Ca să întipărească această regulă în mintea lor, li se arăta o statuie care reprezenta o femeie, acoperită cu un văl lung, cu un deget pus peste buze, Muza tăcerii. Pythagora se gândea să dezvolte la elevii săi, înainte de toate, facultatea primordială a omului : intuiţia, „iluminarea inimii".

Inima „vorbeşte" în tăcere ! Am văzut mai înainte că isihastul călătoreşte lăuntric în propria-i inimă, că harul tăcut lucrează în încăperea inimii. Inima este mult mai legată de spirit decât de suflet. Oare nu spunea Blaise Pascal, în 1670, că „ideile mari vin din inimă" ?

Inima este centrul vital şi spiritual al funcţiilor intelectuale şi afectiv-motivaţionale. În religia creştină se consideră că în inimă se află Împărăţia lui Dumnezeu. Inima este locul, templul actului divin.

Inima este altarul brahmanic şi tăcut al focului sacru. În psihologiile orientale, Centrul din inimă -după cum ne explică Lama Anagarika Govinda (2000) -devine „organul" intuiţiei, al senti-mentului tăcut şi spiritualizat, al procesului meditaţiei în care armonia cosmică este absorbită şi transformată în experienţă a omului.

„Dumnezeu este inima care menţine creaţia ... " stă ascuns în Cabala. Iar Blaise Pascal gândea : „Iată ce este credinţa : Dumnezeu vădit inimii, nu raţiunii." Tânărul matematician genial Evariste Galois (1811-1832), care a murit într-un duel, spunea despre el însuşi : << Le coeur chez moi s'est revolte contre la tete>>. Raţiunea inimii (B. Pascal) se exprimă prin tăcere. Această operativitate transversală, este într-un mod inedit şi transpersonală.

4. Rezumat

- Mistica tăcerii : misterul este tăcerea iar tăcerea este învăluită în mister.
- "Cultura este existenţă întru mister şi pentru revelare" (L. Blaga).
- R. Otto : Dumnezeu însuşi este "mistic", adică misterios, iar experienţa omului despre Dumnezeu este misterioasă, deci mistică.
- Johannes Eckhart (Meister) şi Śankara sunt cei doi maeştri mondiali ai misticii : aventura mistică se constituie în căutarea întâlnirii cu Unul situat dincolo de fiinţă şi dincolo de persoană. Unul poate fi cunoscut prin intuiţia mistică a unităţii, care este o experienţă transpersonală (Ken Wilber).
- Rugăciunea duhovnicească (Ilie Cleopa) este o rugăciune a tăcerii mistice prin care se realizează o duhovnicire a spiritului, adică o spiritualizare sacră a sufletului.

- Cărarea pe care trece omul pentru a ajunge la starea de sfinţenie, de îndumnezeire, are 3 etape (Nichifor Crainic) :
  - rugăciunea unirii ;
  - rugăciunea extatică ;
  - nunta sau căsătoria duhovnicească .
- Inima „vorbeşte" în tăcere : harul tăcut lucrează în încăperea inimii.
- Inima este mult mai legată de spirit decât de suflet. Inima adăposteşte „Împărăţia lui Dumnezeu". Inima este altarul brahamanic al focului sacru.
- Raţiunea inimii (B. Pascal) se exprimă prin tăcere transpersonală.

BIBLIOGRAFIE

Ion Mânzat şi Mariana Tănase – "Psihologia tăcerii " (va apare în 2002) ;
Lucian Blaga – "Orizont şi stil", Bucureşti, Editura Humanitas, 1994 ;
Rudolf Otto – "Mistica Orientului şi mistica Occidentului", Bucureşti, Editura Septentrion, 1993 ;
Ion Mânzat - "Psihologia creştină a adâncurilor. Dotoievski contra Freud", Bucureşti, Editura Univers enciclopedic, 1999 ;
Ion Mânzat - "Psihologia credinţei religioase. Transconştiinţa umană ", Bucureşti, Editura Ştiinţa & Tehnică, 1997 ;
Ken Wilber - No Boundary, Boston & London, Shambhala, 1985 ;
Ilie Cleopa - "Valoarea sufletului", Bacău, Editura Bunavestire, 1999 ;
Nichifor Crainic – "Sfinţenia. Împlinirea umanului" (Curs de teologie mistică), Iaşi, Editura Mitropoliei Moldovei şi Bucovinei, 1993 ;
Sf. Tereza din Avila - "Cartea vieţii mele", Iaşi, Institutul European, 1994 ;
Blaise Pascal – "Cugetări" (I –a ediţie, 1670), Oradea, Editura Aion, 1998 ;
Părinţii isihaşti – "Iubirea de linişte", Bucureşti, Saeculum, 2001 ;
Lama Anagarika Govinda – "Meditaţie creatoare şi conştiinţă multidimensională", Bucureşti, Editura Herald, 2000.

XXI – XXII PSIHOLOGIA SINERGETICĂ
(I. Mânzat) O COMPLEMENTARIZARE A TRASNPERSONALULUI ABISAL ŞI A CELUI ASCENSIONAL

1. Transconştiinţa : erupţie abisală (metafora vulcanului)
2. Sinele – sinergizorul suprem a tuturor transformărilor conştiinţei
3. Conştiinţa multidimensională pentadică
4. Transcenderea, cosmizarea, revelaţia şi rugăciunea din perspectiva psihosinergetică
5. Rezumat
6. Bibliografie
7. Recapitulare generală

1. Transconştiinţa: erupţie abisală (metafora vulcanului)

Între paradigma grofiană - lilliană şi paradigma wilberiană există o diferenţă care uneori îmbracă haina unei opoziţii contradictorii. În timp ce prima caută spiritul în psihologia transpersonală a adâncurilor ("the deep Self" -John Lilly), a doua îl caută în psihologia transpersonală a înălţimilor (Sinele transcendent -Ken Wilber). Cele două orientări opuse pot fi văzute şi ca o relaţie complementară („Contraria non contradictoria sed complementa sunt" - principiul complementarităţii al lui Niels Bohr, 1927): opoziţia se poate transforma în complementaritate, adică în conlucrare activă; astfel, complementaritatea este mai împlinită decât oricare din laturile opuse, considerată separat.

Dar, cooperarea opuselor capătă o eficienţă în plus prin sinergizare: operarea împreună şi deodată şi una prin cealaltă a celor două orientări. Se realizează nu doar o interacţiune, ci o transpătrundere care conduce la o reciprocitate operaţională şi dinamică; organizarea se transformă în organizare organizatoare şi autoorganizare sinergică (cf. principiilor psihologiei sinergetice -I. Mânzat, 1999).

În continuare, vom prezenta unele argumente în favoarea unei posibile sinergizări a celor două paradigme operaţionale.

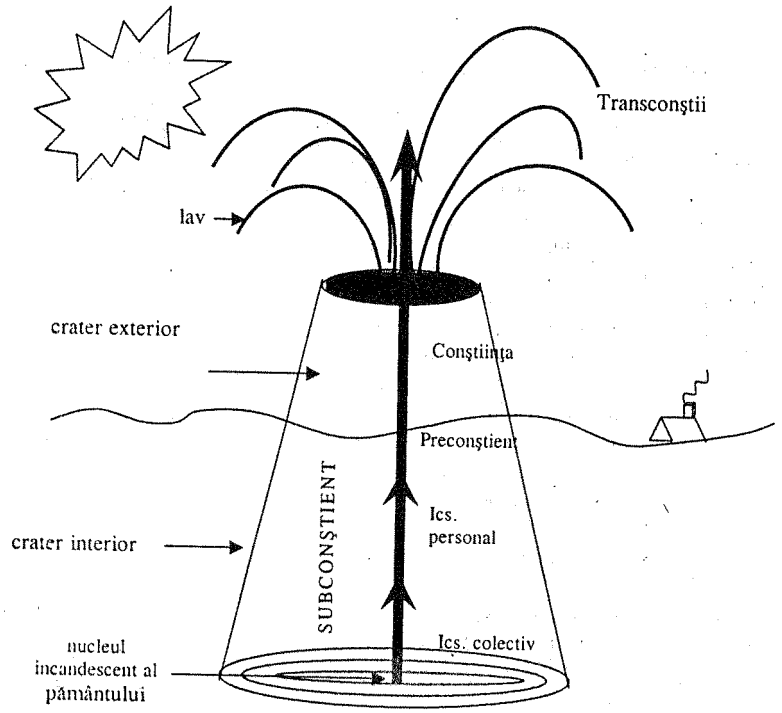
Pentru a explica din perspectiva psihosinergetică experienţa credinţei religioasă am elaborat conceptul de transconştiinţă -conştiinţa transcenderii şi cosmizării. Transconştiinţa este atât premisa, cât şi rezultanta credinţei, este atât izvorul ei cât şi tărâmul ei de manifestare şi de experimentare.

Deşi transconştiinţa este o transformare supraconştientă, ea operează ca psihosinergie a abisalităţii (din subconştient) şi luciditătii (conştienţialităţii). Dinamismul şi puterea transconştienţei provin din această dublă calitate sinergică.

Pentru a înţelege mai plastic modul de operare dinamică a transconştiinţei am recurs la metafora revelatorie a vulcanului în erupţie care ne apare mai adecvată decât metafora, „icebergului" (S. Freud) sau a mandalei (C.G. Jung).

În timp ce conştiinţa este un câmp, transconştiinţa este evadare din câmp, adică o extindere a câmpului psihic dincolo de marginile lui, o dezmărginire a potenţialului conştiinţei multidimensionale până în tărâmul spiritului transpersonal. Trans-conştiinţa este o erupţie abisală pentru că ţâşneşte din subconştient şi de aceea ea conţine şi nostalgia după ce a trecut şi s-a transformat în rezervoarele arhaice ale inconştientului transpersonal. Atât inconştientul (mai ales cel transpersonal, cf. C.G. Jung) cât şi transconştientul vizează extazul creator şi transa şamanică (I.Mânzat, 1999) care se caracterizează prin lipsa de luciditate conştientă şi de raţionalitate rece, carteziană. Pe lângă trăsăturile diferenţiatoare ele au şi trăsături comune. Transconştiinţa este o supraconştiinţă care seamănă mai mult cu inconştientul din care izvorăşte decât cu conştiinţa pe care o traversează.

În timp ce transconştientul este inconştientul cu sens inversat, adică înălţat deasupra conştiinţei, inconştientul este transconştiinţa coborâtă sub nivelul conştiinţei. Transconştiinţa este lava care erupe din inconştient, de aceea este ERUPŢIE ABISALĂ!. (vezi figura).



TRANSCONŞTIINŢA - ERUPŢIE ABISALĂ

Este o lavă ne-distrugătoare, care este mai curând purificatoare şi înnoitoare, o lavă care arde pentru a crea, a renaşte.

Conştiinţa este unitară, dar multidimensională (I. Mânzat,1997, pg.230-234): inconştientul, preconştientul, conştiinţa, transconştiinţa şi conştiinţa cosmică, sunt doar ipostaze sau transformări ale potenţialului conştient. Toate aceste transformări (nu stări) exprimă potenţialităţi şi funcţii ale conştiinţei umane, care cooperează în chip sinergic. Transconştiinţa este transformarea supraconştientă în care toate transformările conştiente funcţionează ca o cooperare sinergetică. Superioritatea transconştiinţei provine din această sinergizare care echivalează cu o spiritualizare (transpersonală). Transconştiinţa este capacitatea umană de autototalizare şi autodepăşire a Fiinţei umane în corelaţie ideală cu întreaga existenţă, este încercarea şi îndrăzneala omului de a bate la porţile zăvorâte ale Absolutului.

Astfel, conceptul transconştiinţă ne încurajează în a complementariza şi chiar a sinergiza cele două orientări într-o unică paradigmă: psihologia transpersonală adâncurilor a lui S. Grof şi J. Lilly şi psihologia transpersonală a lui Ken Wilber. Ele sunt două faţete, două ipostaze ale aceluiaşi unic SPIRIT,

esenţialmente transpersonal. Spiritul există şi fiinţează atât în adânc, cât şi în înălţimi; el este totodată trans-descendent cât şi trans-ascendent, este transcendenţa cu cele două sensuri de mişcare.

2. Sinele - sinergizorul suprem al tuturor transformărilor conştiinţei

Sinergizarea tuturor transformărilor conştiinţei multidimensionale trebuie să fie realizată de „energizor" interior, de un „operator" integrator, de un „centru" de ordine şi sens, de un „armonizator" capabil să realizeze sinteza creatoare prin care întregul este mai mult decât simpla sumă a părţilor. Această omnipotenţă unificatoare şi atotsinergizoare nu o posedă decât Sinele (I. Mânzat, 2000).

Sinele a fost conceput ca o sinteză şi ca un nucleu centralizator al spiritului de către filosofia indiană veche (în „Upanişade"), filosofia creştină a Sfântului Augustin, psihologia existenţială a lui Søren Kierkegaard şi psihologia analitică a lui Carl Gustav Jung.

În concepţia noastră psihosinergetică, Sinele este însuşi spiritul uman, ascuns şi activ, care îşi îndeplineşte perpetuu funcţia de sinergizor al co-operărilor dintre conştiinţă şi transformările sale cunoscute (preconştient, inconştient personal, inconştient colectiv-transpersonal, supraconştiinţă sau transconştiinţă, conştiinţă cosmică, manas, etc.) şi al celor necunoscute încă, dar care poate vor fi descoperite în viitor. Sinele este miezul ascuns al totalităţii-univers care este Persoana umană.

Prin individuare/sineizare.cunoaşterea Sinelui nu este o operaţie didactică sau o explicare strict raţională, ci o experienţă care este trăită ca o creştere din interior, care poate deveni o experienţă transpersonală în cazul ipostazei Sinelui transcendent (Ken Wilber, 1985).

Sfinţii Părinţi au propovăduit cu ardoare antrenarea spiritului omenesc într-o experienţă unificatoare. Unificatorul este Sinele.

Pentru S. Kierkegaard (1998, pg.15) Sinele este „raportul cu sine însuşi", este o sinteză care urmează a fi realizată, un proces neîncetat şi încheiat de sintetizare; Sinele este sinteza tuturor sintezelor, este sinteza sintetizându-se.

Sinteza sporeşte spiritualizarea. În concepţia kierkegaardiană sineizarea este procesul perpetuu de căutare a Sinelui, care constă în a se îndepărta (înălţându-se) indefinit de sine însuşi, printr-o „infinit-izare" a Sinelui, pentru a reveni înapoi la matcă printr-o mişcare contrară de coborâre în infinit (Mădălina Diaconu, 1996, pg.133-134). Sineizarea nu este însă posibilă fără trăire mistică. În acest punct Kierkegaard se întâlneşte cu F.M. Dostoievski (I. Mânzat, 1999).

Sinele şi suferinţa îşi îndreaptă calea pe un drum mistic. Trebuie să fim atinşi, dar nu consumaţi de suferinţă (Gurdjeff).

Transformarea suferinţei este piatra de temelie a trezirii Sinelui.

Aşadar, Sinele este un nod adânc al Fiinţei în care rezidă unitatea. Sinele, la creştini, îl conţine pe Iisus Hristos ca arhetip unificator (isihaştii se referă adesea la „Hristos Unificatorul", de ex.: Ghelasie Gh., vol.2, 1991, pg.40). Să nu uităm că pe nimbul lui Hristos scrie ON, adică Fiinţa.

Sinele sinergizează toate energiile neuropsihice pornite atât de la creier, cât şi de la inimă: creierul este „regele", iar inima este „regina". Sinele nu este sistem, nici sistematizat; el este sinergizorul care nu ajunge niciodată în stadiul de sinergizat, este sinergia sinergizându-se. Sinele este generatricea (matricea generatoare) şi sinergatricea (matricea sinergizatoare) a tuturor transformărilor conştiinţei multidimensionale, Sinele este spiritul prin excelenţă. Acesta conţine în unitate omenescul şi dumnezeiescul. Sinele este Unul, în timp ce Eu-l este Multiplul.

A-ţi cunoaşte sine-le înseamnă A FI ÎNTRU (C. Noica), adică să te converteşti din situaţia de obiect în care eşti pus, în cea de Subiect în care te pui tu însuţi, înseamnă să schimbi pe , < <a fi în> > cu < <a fi întru> >.

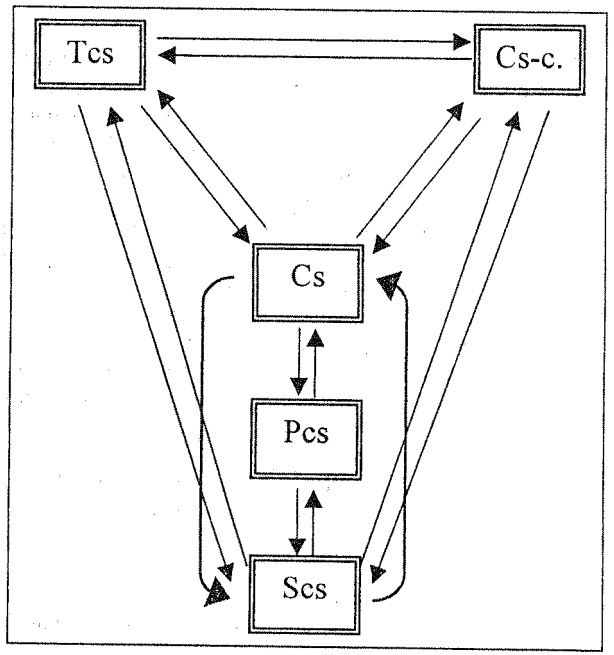
Cele trei ipostaze ale Sinelui transpersonal -Sinele total la S. Grof, Sinele adânc la J. Lilly şi Sinele transcendent la Ken Wilber- reprezintă acelaşi unic şi necompus, privit din trei perspective.

3. Conştiinţa multidimensională pentadică

După neoplatonicul creştin Ioan Damaschin, perihoreza este un anumit mod de existenţă a persoanelor care alcătuiesc Sfânta Treime. Iată cum ne explică perihoreza Ioan Damaschin: „Ipostasurile locuiesc şi stau unele în unele, căci ele sunt nedepărtate şi nedespărţite unele de altele şi au neamestecată întrepătrunderea uneia în alta, nu în sensul că ele sunt unite între ele: Fiul este în Tatăl şi Duhul, Duhul în Tatăl şi Fiul, iar Tatăl în Fiul şi Duhul, fără ca să se contragă, să se confunde sau să se amestece" (Ioan Damaschin, "Dogmatica", I.14, Bucureşti, 1943, pg.73). Acest citat trădează o spontană gândire psihosinergetică. Ideea perihorezei ni se înfăţişează ca un exemplu de psihosinergie supremă şi sacră.

Această logică perihoretică ar putea fi transferată la relaţiile dintre componentele conştiinţei multidimensionale, numai că acestea sunt cinci şi nu trei: subconştient - preconştient - conştiinţă - transconştiinţă - conştiinţă cosmică. Conştiinţa multidimensională nu este triadică ci pentadică. Din această încurcătură ne scoate filosoful Alexandru Surdu care în „Pentamorfoza artei" (1993) schiţează un proiect de dialectică pentadică, adică în cinci timpi, faţă de cea triadică a lui Hegel, dar şi faţă de cea tetradică a lui C. Noica. Dialectica pentadică este dialectica maximală, susţine Al. Surdu (1993, pg.39). El arată că arta înfrăţeşte atât de firesc adevărul şi binele, dreptatea, şi libertatea, care împreună cu frumosul constituie realitatea. Aceasta este pentada de aur a dreptei filosofări.

Dialectica pentadică este perfect aplicabilă în explicarea devenirii şi întrepătrunderii celor cinci transformări fundamentale ale conştiinţei (vezi figura).



Legendă:

Cs - conştiinţa; Scs - subconştientul; Pcs - preconştientul; Tcs - transconştiinţa; Cs.c - conştiinţa cosmică

- Conştiinţa pentadimensională -

După cum reiese din această schemă, cele cinci transformări ale conştiinţei se află toate în conexiune cu toate sau fiecare cu toate celelalte: conexiunile sunt interacţiuni caracterizate prin reversibilitate (inversiune+reciprocitate) şi complementaritate (câte două săgeţi, cu dublu sens, „dus şi întors"); şi reiese că subconştientul (Scs.) este „rădăcina" tuturor transformărilor, conştiinţa având o poziţie centrală. Din această perspectivă pentadică se vede că această constelaţie are o bază comună de pornire, din subconştientul abisal (inconştient personal, colectiv şi cosmic), de unde energiile abisale şi arhaice urcă spre conştiinţă trecând prin preconştient („staţie tranzit"), ca tărâm de tranziţie spre conştiinţă dar şi înapoi spre subconştient; din Cs. se înalţă două transformări supraconştiente: transconştiinţa şi conştiinţa cosmică. Direct sau indirect toate pornesc din subconştient şi toate trec prin conştiinţă. Săgeţile cu sens dublu (înălţare şi întoarcere) sugerează "feedback", „feedbefore" şi „feed-within". Cea

mai adâncă transformare este inconştientul cosmic (cf. D.T. Suzuki) iar cea mai înaltă transformare este conştiinţa cosmică.

În esenţă, între toate cele cinci transformări ale conştiinţei pentadice există relaţii de co-operare sinergetică: fiecare transformare conţine în diverse proporţii, atât abisalitate cât şi conştienţialitate (luciditate). Ceea ce este evident în schemă este funcţionarea dinamică a unei dialectici pentadice care întreţine şi dezvoltă o conştiinţă cu cinci ipostaze, cu cinci transformări, adică o conştiinţă pentadică sau, mai exact, o conştiinţă pentadimensională.

Toate cele cinci transformări, cunoscute de om până în prezent, co-operează sinergic în cadrul unificator al conştiinţei datorită relaţiei complementare între două caracteristici opuse şi comune: abisalitatea şi luciditatea.

Abisalitatea este trăsătura fundamentală a subconştientului uman, care este o „arheologie" a spiritului din istoria individului (complexele inconştientului personal) şi din istoria speciei (arhetipurile inconştientului transpersonal). Acţiunea subconştientului este şi benefică, nu doar malefică, având un potenţial constructiv care se manifestă în vis, reverie, intuiţie, extaz, şi revelaţie. Abisalitatea şi arhetipalitatea pornesc din subconştient şi apoi invadează toate celelalte transformări ale conştiinţei pentadice. Influenţa sa este permanentă, dar nu cu aceeaşi intensitate, este o influenţă dinamizatoare, dar fluctuantă.

Luciditatea este trăsătura fundamentală a conştiinţei care semnifică trezie (veghe) şi atenţia concentrată. Atenţia este condiţia obligatorie a conştienţialităţii, care mai presupune: orientare spre un scop (tendenţialitatea voinţei), concentrare asupra unui câmp, coerenţa percepţiilor, autoreflectare şi autoorganizare (conştiinţa de sine), plasarea precisă a subiectului într-un anumit spaţiu şi timp. Luciditatea devenită conştienţialitate porneşte din conştiinţa propriu-zisă şi apoi iradiază, cu lumina ei solară, în toate celelalte transformări, inclusiv în subconştient. Între abisalitate şi luciditate se realizează o perpetuă complementizare fluidă.

Deşi sunt opuse, ca ziua şi noaptea, totuşi între abisalitate şi luciditate se realizează, de către Sinele-sinergizor, o pozitivă relaţie de complementaritate: avantajele şi virtuţile subconştientului şi ale conştiinţei devin complementare, adică ele conlucrează, în aşa fel încât împreună sunt mai energice şi mai eficiente decât fiecare separat. Abisalitatea şi luciditatea devin convergente, iar gradul sau accentul acestei convergenţe se schimbă în funcţie de evenimente şi circumstanţe. Însă, ele sunt cele două faţete, cu tendinţa de a deveni una singură, ale conştiinţei multidimensionale. Ne amintim de conştiinţa unitară din spectrul lui Ken Wilber, a cărei procesualitate internă avea altă constituţie şi o altă dinamică.

Complementizarea şi sinergizarea lucidităţii cu abisalitatea ne permite, prin extindere, să concepem ca fiind convergente şi nu divergente, sinergice şi nu despărţite, complementare şi nu opuse orientarea descendentă a psihologiei transpersonale a adâncurilor (S. Grof & J. Lilly) şi orientarea ascendentă (spre înălţimi) a lui Ken Wilber. Prima este preponderent abisală şi arhetipală, a doua este preponderent transcendentă; cele două direcţii pot să fie concepute împreună şi deodată ca un câmp unificat şi unitar, din perspectiva psihologiei sinergetice. Spiritul este atât abisal, cât şi transcendent. Spiritul nu poate fi împlinit decât prin sinergizarea celor două tendinţe.

4. Transcenderea, cosmizarea, revelaţia şi rugăciunea din perspectiva psihosinergetică (spirit vs. antispirit)

Transcenderea şi cosmizarea sunt principalele atribute, operaţii şi performanţe ale transconştiinţei, ca şi ale conştiinţei cosmice; ele cooperează sinergic, succesiv sau simultan. Transcenderea nu este doar obiectul orientării wilberiene; ea preocupă intens şi orientarea grofiană-lilliană. În timp ce la Wilber este trans-ascendere (urcare spre înălţimile spiritului), la Grof&Lilly este trans-descendere, ţinta comună fiind SPIRITUL.

În „Psihologia creştină a adâncurilor. Dostoievski contra Freud" (1999, pg.271-273), pe o poziţie fecund dialectică şi accentuat psihosinergetică, ne-am referit la antispirit ca o contrafaţă, o contraipostază a spiritului. Carl Gustav Jung ("Puterea sufletului", vol. I, 1994, pg.176) aminteşte, în treacăt, de un „antispirit" care conţine: aroganţă, isterie, confuzie, amoralitate criminală şi îndârjire doctrinară nefiltrată, producătoare de rebuturi spirituale (kitsch artistic, ştiinţific, tehnologic, filosofic, etc.), de surogate de artă, bâlbâieli filosofice şi excrocherii îmbrăcate în utopie, numai bune să îndopi cu ele omul „omul maselor" de astăzi. Aşa arată, după Jung, spiritul postcreştin (necreştin sau anticreştin).

Provocaţi de ideea lui Jung facem un „transfer nespecific" la spiritologie (ştiinţa spiritului), dezvoltată în opera literar-psihologică a lui F. M. Dostoievski (1821-1881). Geniul psiholog şi spiritolog rus a pus deseori spiritul în conflict cu sine însuşi, astfel că se întrevede şi un antispirit care se opune complementar lucrărilor spiritului.

Relaţia tensionată sau conflictuală dintre spirit şi antispirit este similară cu relaţia materie-antimaterie a fizicianului Paul Adrian Maurice Dirac (1902-1984, Nobel 1933): antiparticula nu este o entitate spirituală, ci este tot materială; antiparticula este o particulă elementară având aceeaşi masă şi aceeaşi viaţă medie cu o altă particulă elementară, de care diferă însă prin semnul sarcinii electrice şi prin alte proprietăţi (exemple: proton vs. antiproton, electron vs. pozitron, etc.). La fel, antispiritul nu este material, el este tot de natură spirituală, dar este opus ca sens de orientare, ca tendenţialitate. Anstispiritul este un altfel de spirit.

Spiritul şi antispiritul nu sunt două laturi contradictorii şi ireductibile, ci două înfăţişări spirituale concomitente, care uneori pot fi complementare. Spiritul nu este pur şi nici perfect (are impurităţi ale inconştientului) şi de aceea el nu poate ajunge la o armonie sau la o pace lăuntrică desăvârşită: armonia şi pacea sunt posibilităţi care pot deveni şi realităţi. În opera lui Dostoievski, suferinţa şi dramatismul spiritual nu au nici un moment un sfârşit, ele întreţin viaţa şi iubirea. Spiritul şi antispiritul asigură trăirea plină de viaţă lăuntrică a „omului din subterană". Deseori, la Dostoievski, domină antispiritul: în cazul suferinţelor pline de tragism ale omului din subterană (subomul), antispritul este umbra spiritului.

Dialectica spirit vs. antispirit fereşte omul de stagnare, asigurându-i transformare rapidă, coborâre sau înălţare. Antispiritul, plin de umbre, complexe ancestrale şi arhetipuri tenebroase, este dominator în universul spiritual al „demonilor", al „Karamazovilor", al „idioţilor" şi al ocnaşilor cu suflet de copil.

„Furtuna şi uraganul aivazovskian (Ivan K. Aivazovski, 1817-1900, pictor rus celebru) de la suprafaţa oceanului (conflictul dintre conştient şi inconştient, sau dintre subconştient şi supraconştient), de la nivelul psihismului abisal, coboară până în fundul oceanului, în subabisalul spiritului. În spiritul dostoievskian nu este niciodată un cer senin, lipsit total de nori, sau o mare liniştită fără valuri, pentru că antispiritul este omniprezent şi tot atât de etern şi de energic ca şi spiritul." (Ion Mânzat, 1999, pg.272-273).

Dacă spiritul şi antispiritul pot convieţui şi coacţiona în chip complementar, cu atât mai mult psihologia transpersonală a adâncurilor şi psihologia transpersonală a înălţimilor pot fi şi ele complementare, dacă avem în vedere că ambele sunt explorări ale spiritului.

Revelaţia mistică şi rugăciunea sunt efecte, dar şi cauze, premise şi totodată rezultante ale transcenderii şi cosmizării. Revelaţia şi rugăciunea sunt metode spirituale, intra-şi transpersonale.

În Sinele adânc din spirit, Dostoievski descoperă întunericul. În acest întuneric licăresc steluţe luminoase. Lumina din spirit este coborâtă din inimă. Lumina din inimă pătrunde în spirit, în Duhul Sfânt. Invers, Duhul Sfânt inundă inima cu lumină divină („rugăciunea inimii"). Prin suferinţă, asceză şi smerenie, fărâma de duh sfânt din străfundurile spiritului omenesc comunică direct, în tăcere (fără cuvânt) cu Sf. Duh („rugăciunea duhovnicească"). Dostoievski ne arată căutarea, revelaţia, suferinţa şi renaşterea. El ne arată revelaţia transpersonală în inima omului.

Astfel, în viitor psihologia transpersonală românească are datoria să continue şi să adâncească eforturile psihologiei transpersonale occidentale prin cercetarea revelaţiei mistică din inimă, a experienţei transpersonale din rugăciunea inimii şi rugăciunea duhovnicească („moartea creatoare din Mioriţa şi Meşterul Manole") şi, nu în ultimul rând, cunoaşterea prin iubire (temă iniţiată de Nae Ionescu). Problema iubirii active a fost pusă de psihologia umanistă, dar ea a fost uitată de psihologia transpersonală. Teza cunoaşterii prin iubire, a iubirii hristice se legitimează ca orientare eminamente ortodoxă şi merită să fie studiată în orizontul viitorului transpersonalism românesc. În spiritul arhaic românesc, cu rădăcini de sequoia în spiritul geto-dacilor, tinerii cercetători pot descoperi varii teme şi proiecte de psihologie transpersonală.

Un mesaj-manifest implicit în favoarea psihologiei transpersonală aplecată asupra divinului din Sinele omenesc, este strigat de Annick de Souzenelle (1999, pg.71):

„Între conştiinţă şi supraconştiinţă se află ceea ce tradiţia ebraică numeşte Răsturnarea Luminilor. Este vorba de o răsturnare misterioasă, conform căreia Omul, care a fost până atunci oglinda lui Dumnezeu, traversează oglinda. Braţul său drept devine braţul stâng al lui Dumnezeu, braţul său stâng -braţul drept al lui Dumnezeu. Omul care intră în divin este „întors" şi interiorul devine exterior. << Acum, vedem ca într-o oglindă, în chip întunecos; dar atunci, vom vedea faţă în faţă >> (Pavel, I, Coriteni, 13, 12)."

-CUNOAŞTEREA ESTE IUBIRE! CUNOAŞTEREA ESTE O CUNUNIE ÎNTRE CUNOSCĂTOR ŞI CUNOSCUT!

5. Rezumat

- Transconştiinţa este conştiinţa transcenderii şi cosmizării; ea poate fi comparată cu o „erupţie vulcanică": este erupţia abisală, pentru că izvorăşte din subconştient, urcă şi traversează erupând preconştientul şi conştiinţa, sinergizându-le. Transconştiinţa este o supraconştiinţă care seamănă mai mult cu Subconştientul din care ţâşneşte, decât cu conştiinţa pe care o traversează.
  Deşi transconştiinţa este o transformare supraconştientă, ea operează ca psihosinergie a abisalităţii şi a lucidităţii (conştienţialităţii).
- Complementaritea celor două atribute opuse – abisalitatea şi luciditatea - ne permite să concepem, prin transfer, o relaţie complementară între psihologia transpersonală a adâncurilor (linia Stanislav Grof - John Lilly), care este preponderent abisală şi psihologia transpersonală a înălţimilor (Ken Wilber), care este preponderent transcendentală.
- Conştiinţa este unitară dar multidimensională: inconştientul (personal şi transpersonal), preconştientul, conştiinţa, transconştiinţa şi conştiinţa cosmică sunt cinci ipostaze sau transformări ale potenţialului conştient, care funcţionează ca o permanentă co-operare psihosinergetică („împreună şi deodată şi unele prin altele, nu unele după altele").
- Sinele este sinergizorul supremal tuturor transformărilor conştiinţei pentadice. Transformarea suferinţei este piatra de temelie a trezirii Sinelui (Gurdjeff). Pentru S□ren Kierkegaard Sinele este sinteza sintetizându-se. Procesul de descoperire a Sinelui (sineizarea) echivalează cu spiritualizarea.
  C. Noica releva că a-ţi cunoaşte Sinele înseamnă a fi întru, nu doar a fi în.
- Transcenderea şi cosmizarea sunt principalele operaţii transformatoare ale transconştiinţei şi ale conştiinţei cosmice. Transcenderea este operaţie transpersonală care, în psihologia lui Wilber, este trans-ascendere (urcare spre înălţimi spiritului), la Grof & Lilly este trans-descendere (coborâre spre adâncurile spiritului), ambele fiind transcendente şi având spiritul ca obiectiv comun.
- Revelaţia mistică şi rugăciunea (mai ales, rugăciunea inimii şi rugăciunea duhovnicească) sunt atât premise, cât şi rezultante ale transcenderii şi cosmizării.
- Spiritologia dostoievskiană, ca ştiinţă a spiritului, tratează raportul spiritului,cu opusul său (pe care noi îl numim antispirit) ca pe un conflict sau ca pe o tensiune permanentă şi dinamizatoare; antispiritul este un astfel de spirit.
- Dacă spiritul şi antispiritul pot convieţui şi coacţiona în mod complementar, cu atât mai mult psihologia transpersonală a adâncurilor şi psihologia transpersonală a înălţimilor pot fi şi ele complementare şi nu opuse, dacă avem în vedere că ambele sunt explorări ale spiritului unitar şi unic. Din perspectiva psihologiei sinergetice ele nu sunt decât două faţete ale aceluiaşi demers transpersonal.
- În viitor, psihologie transpersonală românească are datoria să cerceteze următoarele câmpuri tematice:
  - revelaţia dumnezeiască din inima omului (D. Stăniloae);
  - rugăciunea inimii şi rugăciunea duhovnicească (Ilie Cleopa);
  - moartea creatoare, de sorginte dacică, din baladele „Mioriţa" şi „Meşterul Manole";
  - cunoaşterea prin iubire (temă iniţiată de Nae Ionescu).

BIBLIOGRAFIE

Ion Mânzat - "Psihologia sinergetică. În căutarea umanului pierdut", Bucureşti, Editura Pro Humanitate, 1999.
Ion Mânzat - "Psihologia transei şamanice", Bucureşti, Editura Aldomar, 1999;
Ion Mânzat - "Psihologia credinţei religioase. Transconştiinţa umană", Bucureşti, Editura Ştiinţă & Tehnică, 1997;
Ion Mânzat - "Psihologia creştină a adâncurilor. Dostoievski contra Freud", Bucureşti, Editura Univers enciclopedic, 1999;
Ion Mânzat (coord.) - "Psihologia Sinelui. Un pelerinaj spre centrul Fiinţei", Bucureşti, Editura Eminescu, 2000;
Ken Wilber - No Boundary, Boston & London, Shambhala, 1985;
S. Kierkegaard - "Maladia mortală. Eseu de psihologie creştină întru editificare şi deşteptare de Anti - Climacus", Craiova, Omniscop, 1998;
Mădălina Diaconu - "Pe marginea abisului. Søren Kierkegaard şi nihilismul secolului al XIX -lea", Bucureşti, Editura Ştiinţifică, 1996;
GH. Ghelasie - "Iscusinţa trăirii isihaste", Bucureşti, Editura Arhetip, 199;
Constantin Noica - "Jurnal de idei", Bucureşti, Editura Humanitas, 1991;
Alexandru Surdu - "Pentamorfoza artei", Bucureşti, Editura Academiei, 1993;
Carl Gustav Jung - "Puterea sufletului" (antologie), vol.1, Bucureşti, Editura Anima, 1994;
Annick de Souzenelle - "Simbolismul corpului uman" (I -a ed., Paris, 1991), Timişoara, Editura Amarcord, 1999;
Anca Munteanu - "Psihologia transpersonală -o provocare pentru mileniul III", în vol.: Zoltan Bogathy şi Pavel Petroman (coord.), "Psihologia astăzi", Timişoara, Editura Eurobit, 1999, pg. 35-52.

7. Recapitulare generală

- Psihologia umanistă (A. Maslow, C. R. Rogers, E. Fromm, Rollo May), cea de a III -a forţă, care depăşeşte primele două forţe ale psihologiei (behaviorismul şi psihanaliza), se află în căutarea umanului pierdut. Psihologia sinergetică (I. Mânzat) este un manifest în favoarea umanismului, afirmându-şi propria cale: „în căutarea umanului pierdut".

- Psihologia transpersonală actuală, în prelungirea psihologiei umaniste, este a IV -a forţă în căutarea spiritului pierdut. S-ar putea ca psihologia transpersonală a viitorului să fie în căutarea divinului pierdut, pentru restaurarea cununiei dintre umanitate şi divinitate. Divinul din fiinţa umană nu este iremediabil pierdut şi este posibil de regăsit. Adam s-a rupt de divin, dar divinul există şi nu poate muri; părăsind Edenul, Adam a pierdut cunoaşterea divinului, dar divinul rămâne montat în miezul spiritului său ca o piatră preţioasă. Omul păstrează imaginea arhetipului divin. A pierdut calea Asemănării cu El, dar o poate regăsi. Hristos, noul Adam, a spus: „Eu sunt calea".
- Psihologia transpersonală este profund umanistă şi de aceea nu mai acceptă cercetarea părţilor (procese, activităţi, operaţii), ci vrea să abordeze omul ca o Fiinţă integrală; ea îşi propune să transforme virtuţile psihice în virtuţi spirituale, să descopere căile de spiritualizare a psihismului. În acest scop este studiată conştiinţa extinsă („no boundary") şi Sinele ca centru spiritual al Fiinţei.

- Psihologia transpersonală are o sistematică conceptuală proprie şi originală:
  - transpersonal (C. G. Jung, 1917);
  - sistemele COEX (S. Grof);
  - experienţe psihedelice (S. Grof);
  - matricile perinatale (S. Grof);
  - emergenţă spirituală (S. Grof & Christine Grof);
  - respiraţie holotropică (şcoala lui Grof);
  - „altered states of consciousness" (Charles Tart);
  - ipostazele transpersonale ale Sinelui: Sinele total (S. Grof), „the deep Self" (J. Lilly), Sinele transcendent (Ken Wilber);
  - spectrul conştiinţei (Ken Wilber);
  - psihologia „integrală" (Ken Wilber);
  - psihosinteza (R. Assagioli);
  - psihiatrie spirituală (B. W. Scotton et al.);
  - visul lucid (Frederick van Eeden, 1913), etc.

- În PT se conturează două direcţii: PT a adâncurilor, promovată de soţii Grof şi J. Lilly şi PT a înălţimilor, dezvoltată de Ken Wilber. Deşi sunt diferite ele nu sunt contradictorii: pot fi văzute ca două căi (una ascendentă şi una descendentă), de căutare a spiritului unic. Psihologia sinergetică este perspectiva unificatoare.

- Precursori: C. G. Jung, A. Maslow, R. Assagioli, V. Frankl (plus izvoarele din psihologiile orientale: Milarepa, Sri Aurobindo, Osho, Govinda).

- Să nu se confunde transpersonalul cu personalul şi pre-personal:
  - PERSONAL =Cs. Trupului şi a vieţii psihice, Ics. Prezent;
  - PRE-PERSONAL= Ics. freudian şi jungian, preconştient;
  - TRANS-PERSONAL= viaţa spirituală (spiritualizarea psihismului).

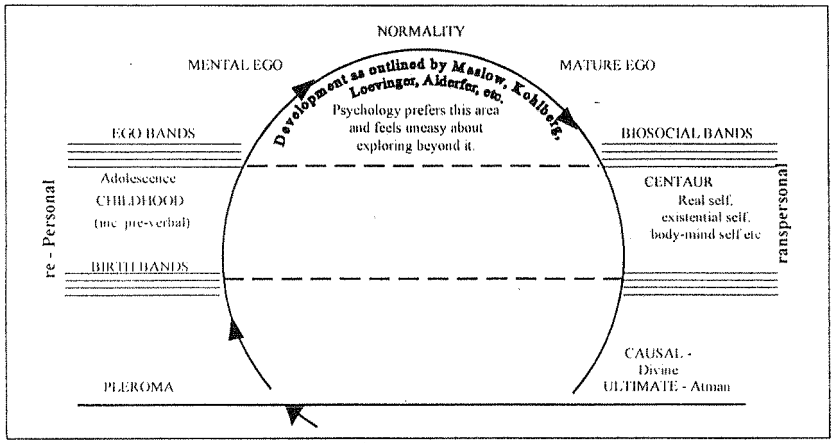
- Trans-personal nu este: extra-personal, emisfera cerebrală dreaptă, New Age, religie.

- Stanislav Grof explorează tărâmurile inconştientului cu experienţe psihodinamice şi psihotanatologice: transformările proceselor fiziologice şi psihice, extensia şi condensarea -spaţială şi temporală - a Ics. şi a Cs.
  Semnificaţia experienţelor transpersonale (realizate de S. Grof): ele produc asupra mentalului subiecţilor o înviorare energetică, o lărgire a orizontului cognitiv, o nouă înţelegere a Sinelui şi a Lumii; în unele cazuri se accentuează depresia şi anxietatea.
  Soţii Grof au lansat psihoterapia reîncarnării prin hipnoză regresivă.

- John Lilly cercetează Sinele adânc, „din centrul ciclonului". El face şi inovaţii metadologice: -privarea senzorială şi inducerea unor stări modifi-

cate de Cs. Prin metoda „Flotation tank" (bezinul de imersie); metoda „Profound Isolation" şi „Lilly Conditions" (cercetări psihoterapeutice prin absenţa „enviromentului") etc.

- Pentru a înţelege mai bine direcţia novatoare a lui Ken Wilber, redăm Ken Wilber's map (apud. Rowan, 1983, figura 5.1).
  Menţionăm că Wilber încearcă să abordeze spectrul conştiinţei unitare şi Sinele transcendent din perspectiva unei psihologii integrale, fără graniţe. El ne îndeamnă să căutăm spiritul în înălţimile transcendentului şi nu în adâncuri, cum face S. Grof şi J. Lilly.



- Ken Wilber's map -

- Psihologia transpersonală se străduieşte să revoluţioneze METODOLOGIA CERCETĂRII psihicului şi spiritului prin:
  - experienţe psihedelice cu LSD (Grof);
  - respiraţia holotropică (Grof);
  - metoda Flotation tank (J. Lilly);
  - hipnoza regresivă transpersonală (Eric Leskowitz, 2000);
  - exerciţii transpersonale inedite (Charles Tart şi Ken Wilber), etc.
- Perspectiva românească a P.T. studiază:
  - transpersonalul din cele 4 mituri esenţiale româneşti: Balada Mioriţa, Meşterul Manole, Baba Dochia, Zburătorul (moartea creatoare);
  - de la Zalmoxis al dacilor (bucuria în faţa morţii) la „Cimitirul vesel" de la Săpânţa;
  - ursita, preursita, ursitoarele reliefează problemele destinului uman şi transuman;
  - „Tărâmul celălalt", „Apa Sâmbetei", „Valea Plângerii" sunt ilustrări ale ruperii de nivel în basmele româneşti (P. Ispirescu);

  - ortodoxia şi spiritul românesc: transcendere-îndumnezeire (L. Blaga), despre vise şi vedenii (Ilie Cleopa), smerenie şi isihasm (D. Stăniloae);
  - psihologia tăcerii (I. Mânzat şi Mariana Tănase): tăcerea mistică, rugăciunea duhovnicească, inima ca centru tăcut al spiritului;
  - psihologia sinergetică poate realiza complementarizarea transpersonalului abisal şi a celui ascensional: transconştiinţa este o erupţie abisală care unifică abisalitatea (din subconştient) cu luciditatea (conştiinţă); Sinele este sinergizorul tuturor transformărilor conştiinţei multidimensionale; cele două orientări transpersonale pot fi concepute împreună şi deodată ca un câmp unitar.
  - în viitor, psihologia transpersonală românească are datoria să abordeze următoarele teme: revelaţia dumnezeiască din inima omului (D. Stăniloae), rugăciunea inimii şi rugăciunea duhovnicească (Ilie Cleopa), moartea creatoare (de origine geto-dacică) din „Miorita" şi „Meşterul Manole", cunoaşterea prin iubire (Nae Ionescu).
- Care sunt provocările semnificative ale psihologiei transpersonale.

P.T. ne învaţă că adevărata cunoaştere înseamnă să ne naştem pe noi înşine printr-un pelerinaj spre centrul Fiinţei -Sinele, sinteză şi nucleu spiritual. Psihologia transpersonală susţine, împreună cu Annick de Souzenelle (1999, pg.110): „Omul nu poate cuceri lumea exterioară decât cucerindu-şi cosmosul interior. El nu poate fi stăpânul pământului exterior decât cununându-se cu întreaga creaţie în adâncul tainei ..." ("Simbolismul corpului uman", 1999).

Ken Wilber reliefa eternitatea prezentului din Sinele transcendent: doar la nivelul prezentului Omul îşi găseşte adevăratul chip şi poate trăi măsura de eternitate; în dimensiunea sa hristică, el iese din timp, fiind totodată în timp; clipa este punctul crucial al Omului. Legat prin natura sa de eternitate, prezentul este purtător de absolut. Pentru creştini, Hristos este clipa, clipa eternă.

Urcând în înălţimile Sinelui transcendent, omul trece de la condiţia omului care trăieşte pentru A AVEA la condiţia lui A FI, a fi întru (C. Noica). Rămânând doar la nivelul iluminării minţii (inteligenţa) şi sub imperiul cerebrologiei, omul este prizonierul lui A AVEA. Avansând însă la iluminarea inimii (intuţia, iubirea), omul intră în centrul lui A FI. Această trecere se va împlini când omul va înţelege că, totuşi, cunoaşterea nu este doar reflectare, doar conştiinţă, ci, mai ales, cunoaşterea este iubire (o temă neglijată de P.T. actuală, care nu va mai fi ignorată în viitor).

Psihologia transpersonală este ştiinţa care recunoaşte realitatea planului spiritual al Fiinţei esenţiale din interiorul lui, a vocaţiei sale divine. Toţi oamenii sunt potenţial fiinţe spirituale. Numai că în cei mai mulţi fiinţa spirituală doarme. În prea puţini ea este activă (pe aceştia îi numim „oameni de spirit"). Psihologia transpersonală ne provoacă la trezire (Charles Tart: „Waking Up. Overcoming the Obstacles to Human Potential, Boston, Shambhala, 1986"); ea încearcă să trezească, să activeze spiritul din om.

Psihologia transpersonală este o provocare, o promisiune şi o speranţă!

- Sfârşit -

Tiparul: GRAND PVD

Bulevardul Metalurgiei 4A * IASI
Tel./Fax: 032-23.14.88, 22.26.39